



گیاهان دارویی

پروفسور هانس فلوك

ترجمه: دکتر محمد رضا توکلی صابری

دکتر محمد رضا صداقت





گیاهان داروئی

پروفسور هانس فلوک

ترجمه: دکتر محمدرضا توکلی صابری

دکتر محمدرضا صداقت

فلوک، هانس
گیاهان داروئی، هانس فلوک؛ ترجمه محمدرضا توکلی صابری، محمدرضا صداقت. ـ تهران: روزبهان، ۱۳۶۶.
۲۶۴ ص.: مصور. ISBN: 964-5524-05-0
فهرستنویسی براساس اطلاعات فیپا.
واژه‌نامه
چاپ ششم: ۱۳۸۴
ISBN: 964-5524-57-3
۱. گیاهان دارویی. ۲. پزشکی سنتی. ۳. پزشکی — نسخه‌ها و دستورالعملها. الف. م توکلی صابری، محمدرضا، ۱۳۲۵ – ، مترجم. ب. صداقت، محمدرضا، مترجم. ج. عنوان.

۹ گ ۸ ف / RS ۱۶۴ ۶۱۵/۳۲
۱۳۶۶

کتابخانه ملی ایران ۲۸ – ۶۷م *

شابک: ۰-۰۵-۵۵۲۴-۹۶۴ ISBN: 964-5524-05-0

گیاهان دارویی

پروفسور فلوک، هانس

ترجمه: دکتر توکلی صابری، محمدرضا ـ دکتر صداقت، محمدرضا

چاپ ششم: ۱۳۸۴
تیراژ: ۳۰۰۰ نسخه
چاپ: چاپخانه گلشن، تهران
امور فنی و هنری: سازمان پژوهش

بها: ۱۷۰۰۰ ریال

تهران، خیابان انقلاب، روبروی دانشگاه تهران، شماره ۱۳۴۲ ـ تلفن ۶۴۰۸۶۶۷ ـ نمابر: ۶۴۹۲۲۵۳

فهرست مطالب

موضوع	صفحه
مقدمه مترجمین	۴
دیباچه چاپ اول	۵
دیباچه اولین ترجمه انگلیسی	۷
استفاده از گیاهان داروئی	۸
موارد مصرف وروشهای آماده‌کردن گیاهان داروئی	۱۲
نامهای عامیانه‌گیاهان داروئی	۱۸
زمان گردآوری گیاهان داروئی	۱۹
مشخصات گیاهان داروئی	۲۱
دم‌کرده‌گیاهان بومی	۲۰۳
فهرست بعضی از بیماریها	۲۰۶
واژه‌نامه انگلیسی به‌فارسی	۲۱۴
واژه‌نامه فارسی به‌انگلیسی	۲۲۵
فهرست نام فارسی‌گیاهان داروئی	۲۶۱

مقدمه مترجمین

توجه به گیاهان داروئی که بخش عمده‌ای از طب سنتی ایران را تشکیل می‌دهد و ارائه اطلاعات درست وعلمی در باره پرورش، نگهداری واستفاده از آنها بر پایه یافته‌های جدید، روز به روز اهمیت ویژه‌ای می‌یابد.

کتاب «گیاهان داروئی» تألیف پروفسور فلوك که توسط پروفسور روسون از آلمانی به انگلیسی ترجمه شده است کتابی است که بر پایه یافته‌های علمی جدید اطلاعات مفیدی را درباره گیاهان داروئی ارائه می‌دهد.

پروفسور فلوك استاد فارماکولوژی در انستیتوی تکنولوژی سوئیس، عضو کمیته فارماکوپه سوئیس، فارماکوپه اروپا وفارماکوپه بین‌المللی است. هم‌چنین عضو کمیسیون کودکس غذائی سوئیس است و مسوولیت بخش ادویه آنرا بعهده دارد.

کتاب «گیاهان داروئی» راهنمای صدوپنجاه گیاه داروئی اروپاست. هر گیاه همراه با تصویر بطور کامل شرح داده شده است. اطلاعات داده‌شده درباره هر گیاه برحسب عناوین زیر تنظیم شده است:

شرح، قسمت مورد استفاده، زیستگاه و گردآوری، ترکیبات و اثر، مصرف.

در ابتدای کتاب مؤلف اطلاعاتی درباره روش خشك کردن و نگهداری گیاهان داروئی و روش مصرف آنها ارائه می‌دهد. در انتهای کتاب نیز فصلی دربارهٔ بیماریهای شایع و گیاهانی که برای درمان آنها به‌کار می‌رود آمده است.

این کتاب از متن انگلیسی به فارسی برگردانده شده است. مترجمین نیز سی گیاه داروئی پر مصرف ایران را هماهنگ با روش پروفسور فلوك به انتهای کتاب افزوده‌اند. (صفحه ۲۵۲ ــ ۱۷۳) زیستگاه گیاهان در ایران نیز توسط مترجمین به متن اصلی افزوده شده‌است. هم‌چنین یك فهرست الفبائی ازنام گیاهان به فارسی، یك واژه‌نامه گیاه‌شناسی انگلیسی به فارسی و فارسی به انگلیسی همراه با شرح واژه‌های گیاه‌شناسی فراهم آورده‌اند. امیدکه قبول افتد.

دکتر محمدرضا توکلی صابری
(Pharm. D. - Ph. D)

دکتر محمدرضا صداقت
(Pharm. - D.)

دیباچه چاپ اول

مصرف روز افزون گیاهان دارویی در زمان حاضر سبب انتشار کتب بسیاری دربارهٔ این گیاهـان شده است. بسیاری از این کتابها فاقد یک دید انتقادی، بویژه درمورد تأثیروموارد مصرف این گیاهان است. این کتابها بدون هیچگونـه بررسی جدی تمام موارد مصرفی راکه به برخی از این گیاهان نسبت داده شده، هم درطب خانگی وهم طب علمی تکرارمی کنند.

نویسنده از مشکلات تألیف یک کتاب جدی، در مورد گیاهان دارویی بی اطلاع نیست، کتابی که باید همه‌خوان، اما علمی باشد واین را نیزمی‌داند که درآغاز این کار است. نویسنده امیدوار است که این کتاب مورد استفادهٔ همگان، وتاحدودی پزشکان وداروسازان، قرار گیرد. این کتاب برپایهٔ بررسیهای علمی تألیف شده است وشامل شرح ساده‌ای ازمهم‌ترین گیاهان دارویی است. بدین ترتیب ابتدا تصاویررنگی وتوصیف گیاه آمده است که، شناسایی آن‌را برای کسانی که دانش وسیعی ازگیاه شناسی نـدارنـد ممکن می‌سازد. این تصاویر با نظارت نویسنده کشیده و رنگ‌آمیزی شده‌انـد. برای این‌کار از گیاهان وحشی ونیزازتصاویرمنتشرشدهٔ قبلی که بدقت انتخاب شده‌اند استفاده شده است و در جایی که لازم بوده است درآنها دست‌کاری و اصلاح شده است. توصیف گیاه تاحدامکان ساده است، اصطلاحات گیاه‌شناسی فقط هنگامی که فهمشان آسان بود به‌کاررفته است. در دومین پاراگراف، بخشهای مورد استفادهٔ گیاه درپزشکی توضیح داده شده است.

از آنجایی که خود مردم بایـد گیاهـان دارویی راگردآوری کنند، بنابراین مکانهایی کـه غالباً گیاهان درآنجا یافت می‌شوند بدقت نام برده شده‌انـد. دربارهٔ گیاهـانی کـه بندرت به حالت وحشی دیده می‌شوند اما بسهولت می‌توان آنها راپرورش داد.روشهای علمی مختصرجهت کشت(معمولا درباغچه‌وبرای مصرف شخصی) داده شده است. برای تولید تجارتی‌کارهای ویژه‌ای باید برروی آنها انجام شود.

سپس مواد موثردارویی که درگیاه وجود دارد همراه با تأثیردارویی

آنها نام برده شده است. برروی مواد مؤثر بسیاری از گیاهان هنوز به قدر کافی مطالعه نشده است ونویسنده توانسته است فقط تحقیقاتی‌راکه تا به‌حال انجام شده، گزارش کند. نویسنده به‌عمد فقط آن خواص دارویی راکه توسط آزمایشهای جدی یا در نتیجهٔ تجارب طولانی به اثبات رسیده است یا آن اثرهایی راکه می‌توان ازموادمؤثرشناخته شده انتظارداشت، ارائه داده‌است.

درآخرین پاراگراف هر تك نگار، روش استفاده ازگیاه دارویی و فرآورده‌های ساخته شده ازآن شرح داده شده است. در اینجا هم نویسنده فقط موارد مصرف‌کاملاآزمایش شده یاموارددی راکه با شیمی گیاه موردبحث قابل توجیه‌است، ذکرکرده است. بدینسان امیدواراست‌که استفاده ازگیاهان دارویی را تشویق کند، زیرا اگرگفته می‌شود برخی از این‌گیاهان خواصی راکه به آنها نسبت می‌دهند دارا نیستند به این علت است‌که خواص بسیار زیادی را به‌آنها نسبت داده‌اند. فرآورده‌هایی‌که از هر یك از این‌گیاهان تهیه می‌شوند فقط محدود به آنهایی است‌که مردم عادی می‌توانند بآسانی تهیه‌کنند. بنابراین به‌عمد روشهای ساخت عصاره یا تنطورحذف شده است. فقط دارو ساز و شیمیدان با آموزش علمیشان می‌توانند فرآورده‌های غالباً پیچیده‌ای را ازگیاهان تهیه‌کنندکه بیشترین کارایی را خواهد داشت. از دیگر سو، فرد عادی بخوبی می‌تواند برخی دم‌کرده‌ها و فرآورده‌های ساده دیگررا تهیه‌کند.

در فهرست بیماریهایی‌که باگیاهان درمان می‌شوند، نویسنده تمام بیماریهای خطیر را حذف‌کرده است. این بیماریها را فقط پزشك باید درمان‌کند.

ازمیان ۴۵۰گیاه فلور سوییس‌که برای درمان مورد استفاده قرارمی‌گیرند، ۱۷۵گیاه،که ۱۴۴ تای‌آنها با تصاویر رنگی نمایش داده شده‌اند، انتخاب‌شده است. اینهاگیاهان دارویی عمدهٔ فلورسوییس هستند. اثربخشی آنها با تجارب طولانی تأیید شده است و گیاهان مورد توجه سوییسیها هستند. نویسنده افزودن شرح برخی ازگیاهان بسیار قوی نظیر بلادون،گل‌انگشتانه، بنگ دانه وغیره را نیزجالب یافته است، اگرچه باید فقط توسط پزشك تجویزشوند.

زوریخ، اچ. فلوك

دیباچهٔ اولین ترجمهٔ انگلیسی

این ترجمهٔ انگلیسی بر پایهٔ متن آلمانی Unsere Heilpflanzen و ترجمهٔ فرانسهٔ آن Herbes Medicinal قراردارد. دراین کتاب اصطلاحات و تغییراتی برای استفاده در انگلستان به عمل آمده است. برای هر گیاه از نامهای عامیانهٔ انگلیسی استفاده شده است و شمارهٔ محدودی از سایر نامهای عامیانه مورد استفاده همگانی نیز همراه با یادداشتهایی در این باره به‌آن افزوده شده است.

درهر تك نگار، بخش مربوط به زیستگاه گیاهان بازنویسی شده است تا مکان رویش این گیاهان و انواعی راکه درباغچه‌ها پرورش می‌یابند نشان دهد. فقط شمارهٔ کمی ازگیاهان سوییسی که دراین کتاب توصیف شده است در انگلستان یافت نمی‌شود که در متن کتاب نام آنها ذکرشده است. شمارهٔ زیادی ازاین گیاهان درهمه‌جای دنیا یافت می‌شود. سه گیاه که درطب گیاهی انگلستان مصرف می‌شوند به نام .Daphne laureola L و Taraxacum officinale Weber و .Verbascum thapus L به‌این تك‌نگارهاافزوده شده‌اند.

ازفرصت استفاده شده وبعضی ازنامهای ژنریك یااختصاصی براساس یافته‌های اخیر اصلاح شده است، اما در این ترجمه، نامهای قدیمی‌تر (و شناخته شده‌تر) متنهای اصلی نیز آمده است.

پروفسورفلوك نیز دربخش مربوط به ترکیبات واثر نکاتی را افزوده است. علاوه برموضوعات فوق، متن انگلیسی ترجمهٔ دقیقی است و خواننده باید این موضوع راهنگام برخوردبا گیاهان کمیاب مختص کوهستانهای آلپ سوییس یا تهیهٔ لیکوری که بیش از توانایی یك فرد عادی این کشور است به یاد داشته باشد. واحدهای طول، حجم و وزن هم در سیستم متریك آمده است. واحدهای خانگی که دقت کمتری دارند مانند قاشق غذاخوری، مشت ونوك چاقو هنوزهم به‌کارمی‌روند و دراین کتاب هم آمده است.

جی. ام. روسون

استفاده از گیاهان دارویی

تحقیقات جدید معلوم ساخته است که اثر گیاهان دارویی به‌خاطر وجود تعداد نسبتاً کمی از ترکیبات شیمیایی است ـ به‌نام مواد مؤثره ـ که گیاه تولید می‌کند. بقیهٔ مواد شیمیایی گیاه که مادهٔ مؤثره نیستند به عقیدهٔ برخی از محققین مواد بی‌اثر یا بی‌فایده‌اند. بنابراین هنگامی که تاننها از تورمنتیلا Tormentilla جدا شدند تصور می‌شد که این فرآورده‌های خالص می‌توانند جانشین تمام گیاهان تانن‌دار از جمله خود تورمنتیلا گردند. اما آزمایشهای انجام شده نشان دادند که تانن خالص یك اثر بسیار قوی دارد، درحالی که گیاه طبیعی درمان ملایم‌تری برای اسهال است زیرا که تاننها بتدریج در دستگاه گوارش آزاد شده و در نتیجه شدت اثر کمتری دارد. همین‌طور در بسیاری از موارد ثابت شده است که تأثیر گیاهان دارویی از ماده مؤثره جدا شده از آن کامل‌تر است. و «مواد بی‌اثر» در این زمینه نقشی دارد. درست است که برای برخی مصارف (مانند تزریق) ماده مؤثره یا عصاره‌ای که بدقت تهیه شده است بسیار مفیدتر از خود گیاه است، علت نیز آن است که برخی ترکیبات شیمیایی که خود بی‌اثرند، ممکن است در محل تزریق سبب تحریك بافتها شوند یا با خون واکنشهایی ایجاد کنند که به‌هر قیمت باید از آنها جلوگیری شود. در طب خانگی ما از امتیاز مصرف تمامی گیاه یا یك یا چند اندام آن برخورداریم.

مواد مؤثرهٔ تعداد قابل توجهی از گیاهان دارویی هنوز هم ناشناخته است زیرا ترکیبات شیمیایی آنها هنوز جدا نشده و تشخیص داده نشده‌اند، یا فقط بعضی از فعالیتهای گیاه طبیعی را می‌شناسیم (مانند داروواش). در این موارد ما باید به‌اطلاعاتی که در اختیار داریم مراجعه کنیم تا یك عصاره یا داروی مؤثر داشته باشیم.

گاهی اثر گیاهان دارویی دست کم گرفته می‌شود. در موارد بسیاری علت این است که روش استخراج در این گیاهان نادرست بوده و سبب شده است که اثر آن تا حدودی و یا کاملا از بین برود. از سوی دیگر در طب خانگی به زیاد برآورد کردن خواص گیاهان دارویی گرایش زیادی وجود دارد و خواصی را که با ترکیبات شیمیایی گیاهان نمی‌توان توجیه کرد به‌آنها نسبت می‌دهند. سل، امراض مقاربتی یا برخی بیماریهای کبدی را با گیاهان دارویی نمی‌توان درمان کرد. در این موارد گیاهان دارویی فقط درمان حمایتی هستند. بنابراین از درمان با گیاهان دارویی انتظار ناممکن نداشته باشید و بالاتر از همه برای چنین مواردی آنها را توصیه نکنید.

برای بیماریهای ساده‌ای مانند سرماخوردگی، التهاب مخاط دهان، حنجره، ناراحتیهای ملایم گوارشی، اسهال و غیره

گیاهان دارویی حتی اگر توسط فرد معمولی مصرف شود ممکن است ارزش واقعی داشته باشد. برای بعضی از بیماریهای خطیرتر مانند بعضی از بثورات پوستی یا بیماریهای ریوی، درمان با گیاهان دارویی، داروی تجویزی پزشك راکارآراتر می‌سازد.

اما در موارد مشخص بیماریهای شدید مطلقاً ضروری است که از توصیهٔ پزشکی که به خاطر تحصیلات علمی‌اش می‌تواند هم درست تشخیص دهد و هم درمان مناسب را تجویز کند بهره‌جوییم. هنگامی که پزشك فراخوانده شد، نباید بدون دستور یا نظر او هیچ گیاه دارویی را مصرف کرد. یك «درمان تکمیلی» که توسط یك فرد عادی انجام می‌شود ممکن است با اثر مورد توجه پزشك ضدیت داشته باشد ومی‌تواند کاملا مانع از اثر آن شود.

بعضی از ترکیبات فعال گیاهی و طرز اثر آنها

برای دانستن شیوهٔ استفاده از گیاهان دارویی و طرز اثر آنها، لازم است که دربارهٔ ترکیبات فعال واثر بخشی آنها چیزهایی بدانیم. مقدارمواد مؤثر موجود در گیاهان بسیار متغیر است، مثلا اگر گیاه درشرایط بسیار نامناسب پرورش یافته باشد یا اگراز گونه‌ای باشد که مقدار ماده مؤثر آن کم است حتی ممکن است گیاه اصلا فاقد ماده مؤثره باشد. ازسوی دیگر مقدارمواد مؤثر گاهی ممکن است بیشتراز حد معمولی باشد و در چنین شرایطی گیاه تأثیر قوی‌تری خواهد داشت. به همین دلیل دارو-ساز، باید اکثر داروهایی را که به‌کار می‌برد استاندارد کند تا داروهایی با کیفیت خوب دراختیار پزشك و بیمار گذارد.

در زیر بعضی از مهم‌ترین ترکیبات فعال گیاهی همراه با طرزاثر آنها به نظرمی‌رسد.

ازمیان ترکیبات معدنی بدن املاح پتاسیم و کلسیم اهمیت ویژه‌ای دارند. نمکهای پتاسیم خاصیت مدردارند درحالی که املاح کلسیم به ساختمان استخوانها، تنظیم دستگاه عصبی و مقاومت بیمار در برابر عفونتها یاری می-رسانند. املاح پتاسیم تقریباً در تمام گیاهان بفراوانی یافت می‌شوند و معمولا به شکل محلول هستند. املاح کلسیم کمتر قابل انحلال هستند وهنگامی که تیزانها تهیه و مصرف می-شوند به مقدار بسیار کمی به بدن می‌رسند.

اسید سیلیسیك نیز عملا در تمام گیاهان یافت می‌شود وبرخی ازگیاهان حاوی مقادیر زیادی ازآن هستند (مانند دم اسب، علف هفت بند، شش گیاه) این اسید مانند یك تقویت کننده بافتهای ملتحمه عمل می‌کند، بویژه درششها، و بدین ترتیب مقاومت به‌سل ریوی راکمی افزایش می‌دهد.

یك رژیم غذایی متعادل‌حاوی مقدار کافی از املاح معدنی است. املاحی که درگیاهان دارویی وجود دارد با ترکیبات فعال دیگری همراه است وتأثیردارویی چنین املاحی‌خالی ازاهمیت نیست.

اسیدهای آلی(مالیك،سیتریك، تارتریك، اگزالیك وغیره) نیزازترکیبات معمولی گیاهان هستند و دراندامهایی مانند میوهٔ گیاهان جمع می‌شوند. دربرخی موارد این ترکیبات، بویژه اسید تارتریك واملاحش، مانند یك ملین ملایم عمل می‌کنند.

موسیلاژ گیاهی درآب تورم پیدا می‌کند ومحلولهای‌خمیری شکل یاچسبناکی می‌سازد. این خاصیت است که اثرملین به گیاه می‌دهد. آب درروده می‌ماند وازسفت شدن محتویات آن جلوگیری می‌کند و ازسوی دیگرهمچون یك لینت دهنده عمل می‌کند. در همان زمان

حجم محتویات دستگاه گوارش افزایش می‌یابد وفشار آن بر دیوارهٔ روده زیاد شده و به‌حرکات پریستالتیك کمك می‌کند. علاوه بر آن موسیلاژ یك لایهٔ محافظ برروی مخاط می‌کشد بطوری که محرکهایی نظیر اسیدها. نمکها وغیره نمی‌توانند با قسمتهای ملتهب یا بیمار تماس پیدا کنند. به همین دلیل از گیاهان موسیلاژی به عنوان ملین و برای محافظت مخاط ملتهب دستگاه گوارش استفاده می‌شود. گاهی از این اثر تسکین دهندگی برای درمان اسهال بویژه اسهالهای ناشی از بعضی عوامل باکتریایی یا محرکهای قوی استفاده می‌شود. همچنین باید از مصرف آنها به شکل کمپرس داغ (ضماد) نیز نام برد. موسیلاژ مقدار زیادی آب را در خود نگه می‌دارد و بنابراین گرمای زیادی را نگه می‌دارد که پیوسته به داخل بافتها نفوذ می‌کند. عمده‌ترین گیاهان حاوی موسیلاژ عبارتند از: برزك، شنبلیله، گل وبرگ پنیرك، گلسنگ ایسلندی وشکوفهٔ لیموترش. موسیلاژ در اثر حرارت طولانی تجزیه شده و به قند تبدیل می‌شود و بدین ترتیب فعالیت خود را ازدست می‌دهد.

گلیکوزیدها موادی هستند که در اثر آنزیمها، اسیدهای رقیق، قلیاییها یاجوشاندن هیدرولیزشده وبه یك‌ترکیب غیرقندی ویك یا چندقندتجزیه می‌گردند. خاصیت دارویی آنها مربوط به‌قسمت غیرقندی ملکول‌است که‌ازنظر شیمیایی بسیارمتنوع‌است. قسمت قندی ملکول معمولا برروی قابلیت انحلال ودرنتیجه برروی جذب‌آن در بدن تأثیر می‌گذارد. بسیاری از گلیکوزیدهای گیاهی هیچ اهمیت درمانی ندارند، اما برخی مانند گلیکوزیدهای گل انگشتانه، خربق سیاه یا گل برف برروی قلب تأثیرزیادی دارند ودرهمان حال ترشح ادرار راافزایش می‌دهند. این ترکیبات ازفعال‌ترین ترکیبات سمی گیاهان هستند. گروه ویژه‌ای از آنها شامل گلیکوزیدهای آنتراکینونی است که درسنجدتلخ، سیاه توسه، monk's rhu-barb، ونیز در ریوند چینی و سنا یافت می‌شود و ملینهای قوی هستند. گلیکوزیدهای مشتق از اسید سالیسیلیك شامل گروه دیگری می‌شود. این گلیکوزیدها در برخی از بیدها، ریش بز، بنفشه و غیرآنها یافت می‌شود و خاصیت تب‌بر، ضد التهابی، گندزدا وضددرد دارند وبرای درمان روماتیسم به‌کار می‌روند. سالها توجه زیادی به‌گروهی‌ازگلیکوزیدهای بی‌رنگ یا زرد رنگ بـه نام فلاونوئیدها می‌شد. این ترکیبات مویرگها را تقویت می‌کنند وازخونریزیهای کوچك زیرپوستی که‌در سالخوردگان بسیار شایع است جلوگیری می‌کنند. برخی از آنها انقباضهای عضلات صاف راارفع می‌کنند، درحالی‌که برخی‌دیگر جریان خون را در شریانهای کرونر بهبودی می‌بخشند.

ساپونینها، نیز گلیکوزید هستند.خاصیت فیزیکی مهم‌آنها این است که محلولهای مایی آنها بسیار کف می‌کنند. به همین دلیل است که به‌عنوان دترجنت مصرف می‌شوند ونامشان ساپونین است(ساپو به‌زبان لاتین یعنی صابون). وجود مقادیرزیادآنها درجریان خون خطرناك است و ممکن است بـه علت تجزیـه کردن گلبولهای سرخ (همولیز) مهلك باشند. اما از آنجایی که به‌مقدارناچیزی ازدستگاه گوارش جذب می‌شوند، خوردن آنها معمولا خطرناك نیست. ساپونینها در دستگاه گوارش جذب مجدد برخی ازترکیبات (مانند موادغذایی و داروها) را تسهیل‌می‌کنند. ساپونینها ملینهای ملایم، ادرارآور و خلط‌آورهستند. ساپونینها درگیاهان‌فراوانندودرگیاهان،**rupturwort**، ریشهٔ چوبه و ریشهٔ **cowslip**، **mullein** و علف شیر، بـه وفور یافت می‌شونـد. اگـر محلولهای مایی‌آنها جوشانده شود مانند بقیهٔ گلیکوزیدها ازبین رفته و فعالیت خود را از دست می‌دهند.

ساپونینهای herb paris و سیاهدانهٔ گندم برخلاف ساپونینهـای دیگر بخوبی از

دستگاه گوارش جـذب می‌شونـد و بسرعت وارد جریان خون شده سبب همولیز می‌شوند که ممکن است مهلك باشد (بخصوص حبه‌های harb paris).

هنگامی که از گیاهان گلیکوزیددار (ونیز ساپونین دار) تیزان تهیه می‌شود لازم است که از جوشاندن طولانی آنها خودداری شود زیرا این کار ازتأثیر آنها می کاهد.

تاننها پروتئینها را رسوب می‌دهند. به‌همین دلیل پوست حیوانات را به چرم تبدیل می کنند. تاننها درگیاهـان فراوانند مثلا در پوست بلوط، بید، بـرگ گـردو، گـزنـه، گلسرخ، گل آویز گونه‌های Tormentila و سایر گونه‌های potentilla و غیرآنها یافت می‌شود. به حالت آزاد و به مقدار زیاد مخاط را تحریك می کنند، با مقـادیر کم مقدارکمی ازپروتیینها را درآستر مخاطی رسوب داده و بدینسان آن را نفوذ ناپذیر می‌سازند. پس از این از نفوذ سایرمحرکها بهلایه‌های عمقی‌تر مخاط آسیب دیده جلوگیری می‌شود و بدین ترتیب به بهبودی آنها کمك می‌شود. به خاطر این خاصیت تاننها به‌عنوان ضداسهال وبرای درمان برخی از سوختگیها به‌کار می‌روند. با جریان مشابهی تاننها از رشد باکتریها جلوگیری می کنند زیـرا پروتیینهای لازم برای تغذیه‌شان‌ازدسترسشان خارج شده وپروتیینهای خودآنها نیز رسوب می کند. تاننها مویرگها را نیزمنقبض می کنند وبدینسان از برخی از خونریزیهـا جلـوگیری می کنند. تاننهـا با اکسیژن اتمسفرترکیب شده وبه ترکیبات‌غیرفعالی تبدیل می‌شوند. تاننها در اثر جوشیده شدن طولانی درآب منهدم می‌شوند.

روغنهای فرار یا اسانسها، ازپرمصرف‌ترین فرآورده‌هـای گیـاهی در طب خانگی است. این ترکیبات، بویژه به حالت بخار، بسیارفرارند.اسانسها عامل اصلی بوی مشخص گیاهانند. اسانسها بطور نامنظمی در سراسر گیاهان پخش شده‌اند. برخی از گیاهان عملا هیچ اسانسی ندارند درحالی که برخی دیگر (مانند چتریان، نعناعیان وغیرآنها) دربسیاری از گونه‌هایشان کم وبیش مقادیرزیادی اسانس دارند. روغنهای فرارغالباً در برخی از غده‌های مخصوص یا در داخل بافت یا در سطح روپوست(اپیدرم)گیاه یافت می‌شوند.خاصیت دارویی آنهابسیارمتفاوت است. بعضی برروی دستگاه عصبی اثر می گـذارنـد مانند روغن رازیانه (بادشکن) یا روغن‌افسنطین (محرك). بسیاری ازآنها ترشح شیرهٔ معده را افزایش می‌دهند (غددبزاقی، شیرهٔ روده ومعده، صفرا) وبنابراین اشتها را زیاد می کنند. این روغنها به‌گوارش غذاکمك کرده وکار روده‌هارا تنظیم می کنند. هنگامی که اسانسها برروی مخاط یا حتی بـرروی پوست سالم گـذاشته می‌شوند جریان خون، بویژه لکوسیتها را، افـزایش می‌دهند (پرخونی). این خاصیت همـراه با خواص باکتری‌کشی برخی از روغنها مبنای اثرگندزدایی آنهـاست. محلولهـای الکلی تهیه شده از داروهای حاوی روغنهای فرار (تنطورها) را می‌توان به عنوان لینیمان برای درمان رماتیسم‌مصرف کردکه باافزایش‌جریان خون درناحیهٔ تحت درمان اثر خود را ظاهر می کنند. برخی ازگیاهان اسانس‌دار مانـند سروکوهی، انجدان رومی، ترشح ادرار را تحریك می کنند. ازاین اسانسها برای کاهش تجمع آب دربدن (خیز) استفاده می‌شود.

رزینها، توسط غده‌های مخصوصی ترشح می‌شوندکه شبیه غده‌های‌مولد اسانسها هستند وغالباً هم در همان زمـان ترشح می‌شونـد. رزینها فرارنیستند وبرای‌تحریك پوست به‌کار می‌روند.

آلکالوییدها، ترکیبات ازته‌ای هستندکه تأثیرکم‌وبیش مشخصی‌برروی اعصاب‌مرکزی دارند، وغالباً برروی اعصاب محیطی نیز اثر می کنند. برخـی آلکالوییدها از قـوی‌ترین سموم شناخته شده هستند. فقط تعدادکمی از گیاهان آلکالوییددار درطب خانگی به‌کارمی‌

روند، اگرچه از بنگ دانه به‌شکل لینیمان برای تسکین درد استفاده می‌شود. بلادون، تاج الملوك (آقونیطون) دو گیاه معروف آلکالوییددار هستند.

ترکیبات تلخ، یك گروه شیمیایی خاصی نیستند زیرا تنها خاصیت مشترك آنها مزهٔ تلخشان است. اما این خاصیت دارای اهمیت درمانی است زیرا این ترکیبات از راه خوراکی ترشح شیره‌های گوارشی را افزایش می‌دهند و بنابراین اشتهای بیمار را زیاد می‌کنند. از گیاهان تلخ می‌توان، افسنطین، ریشه جنتیانا (کوشاد)، قنطوریون و خزهٔ ایسلندی را نام برد. شمارهٔ زیادی از گیاهان طعم تلخی دارند و نباید فراموش کرد که برخی از آنها خواص دارویی دیگری نیز دارند یعنی ممکن است سموم شدیدی باشند، مانند گیاه گرمسیری نوآومیك که حاوی استریکنین است. اما فقط آن گیاهانی به‌عنوان مواد تلخ مصرف می‌شوند که با مقادیر مناسب سمی نیستند.

بعضی از گیاهان هم دارای مواد تلخ هستند و هم روغنهای فرار دارند مانند افسنطین و جنتیانا، این دو گروه ترکیبات ترشح شیره‌های گوارشی را افزایش می‌دهند و بنابراین اشتها را زیاد می‌کنند.

آنتی بیوتیکها، که از گیاهان پست استخراج می‌شوند (مشهورترین آنها قارچ پنی‌سیلین است) از اهمیت دارویی فراوانی برخوردارند زیرا تعدادی از بیماریهای عفونی را درمان می‌کنند. اگرچه شمارهٔ زیادی از آنتی بیوتیکها از قارچها استخراج می‌شوند اما بعضی آنتی بیوتیکها نیز در تعدادی از گیاهان «عالی تر» مانند باباآدم نیز یافت شده‌اند، که خاصیت ضد عفونی نسبت داده شده به این گیاهان را بیان می‌دارد. مطالعهٔ گیاهان دارویی، دارای این خاصیت، به‌تازگی شروع شده است. هم اکنون فقط تعداد کمی گیاهان را می‌توان نام برد که ترکیبات آنتی بیوتیکی دارند. اگر از گیاهان عالی تر غالباً در تهیهٔ آنتی بیوتیکها استفاده نمی‌شود به این علت است که رشد آنها در مقایسه با قارچهایی که پنی‌سیلین تولید می‌کنند بسیار کند است.

سمیت بعضی از گیاهان دارویی پیش از این گفته شده است ما به این موضوع هر جا که لازم بود در هنگام بررسی هریك از گیاهان برخواهیم گشت. این سمیت آشکارا نشان می‌دهد که از گیاهان دارویی باید با دقت لازم استفاده کرد. اما از سوی دیگر از آنها فقط برای درمان بیماریهایی باید استفاده کرد که می‌توانند آنها را شفا بخشند.

در این زمینه باید تأکید کرد که بین سمیت گیاهان دارویی و مواد شیمیایی صناعی اصولا اختلافی وجود ندارد. بعضی گیاهان اصلا سمی نیستند درحالی که بعضی دیگر با مقادیر بیش از حد معمولی سمی می‌شوند، بنابراین شخص باید همیشه از این نکته آگاه باشد. از آنجایی که مادهٔ مؤثرهٔ گیاهی منشاء طبیعی دارد، این بدان معنی نیست که سمی نباشد، مسلماً هم مادهٔ مؤثره و هم خود گیاه ممکن است سمی باشد.

موارد مصرف و روشهای آماده کردن گیاهان دارویی

درمان موفقیت آمیز با گیاهان دارویی به‌مقدار زیادی بستگی به‌روش آماده کردن آنها برای مصرف دارد. درطب خانگی غالباً به‌شکل تیزان، گرد یا تفاله (خمیری که از له کردن بافت‌های تازه به‌دست می‌آید) مصرف می‌شود. گرد گیاهان باید به‌حد کافی نرم باشد تا شیره‌های گوارشی بتوانند مادهٔ مؤثره را از آن استخراج کنند. مصرف گیاهان دارویی

به‌شکل گرد بدن‌را قادرمی‌سازد تا این ترکیبات را به‌طور پیوسته و کامل جـذب کند. بسیار بجاست اگراین روش را بهترین‌روش‌استفاده از گیاهان دارویی محسوب کنیم. به‌طور کلی مقدارلازم‌ازگرد گیاهی‌را درکمی آب به‌حالت تعلیق‌درآورده وسپس می‌خورند. خمیر گیاهی غالباً برروی زخم مالیده می‌شود. لازم است که گیاه یا بخشی‌ازگیاه را شست، سپس آن‌را برروی‌یك‌سطح تمیز گذاشت وسپس بایك کارد پهن له کرد. بااین روش ممکن است میکرو-ارگانیسمهای‌زنده وارد زخم‌شوند. از گیاهان دارویی غالباً به‌شکل تیـزان استفاده می‌شود که باجوشاندن یا دم کردن تهیه می‌شوند. دم کردن عبارت است ازریختن آب‌جوش برروی مقدارمتناسبی دارو وصبر کردن به‌مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه. روش دیگرعبارت از ریختن‌دارو و آب‌سرد دریك‌ظرف‌سرپوش‌دار وسپس‌حرارت دادن تا نقطهٔ جوش، و بی‌درنگ دور کـردن آن ازمنبع حرارت وکنار گذاشتن به‌مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه. روش دوم بهتراست.

جوشاندن عبارت است از ریختن دارو درآب سرد، حرارت دادن تاحدجوش، ادامهٔ جوشاندن به‌مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه، سپس کنار گذاشتن به‌مدت یك‌ربع. بسیاری ازترکیبات فعال گیاهی با این روش جوشاندن تجزیه‌می‌شوند.

نرم بودن گرد گیاهی اهمیت‌زیادی‌دارد. در بیشترموارد ترکیبات مؤثر در درون یاخته‌های گیاهی قرار دارند‌که توسط انحلال (دم کردن یـا جوشاندن) بایـد ازآن استخراج شوند. بنا براین لازم است‌که پیش از ساختن تیزان پوست، ریشه‌ها، شاخه‌ها یـا برگهای ضخیم گیاهانی نظیرانگور خرس رابه‌تکه‌های بسیارریزی خرد کرد. اگراین کارانجام نشود، این احتمال وجود داردکه بخش کوچکی از ترکیبات فعال گیاه در تیزان حل‌شوند.

انتخاب بین جوشاندن و دم کردن بیشتر به‌خواص شیمیائی مواد مؤثره موجود در گیاه بستگی دارد. بطورکلی گیاهانی راکه روغن‌های فراردارند همیشه با دم‌کردن آماده می‌کنند و هیچگاه با جوشاندن تهیه نمی‌شوند. برای گیاهان گلیکوزیددار نیزهمین‌طور است، اما اگر گلیکوزیدها خیلی‌کم محلول باشند، گیاه را می‌توان مدت کوتاه (۲ تا ۵ دقیقه) جوشاند. گیاهان موسیلاژدار را نیزدم‌می‌کنند تا از انهدام مواد مؤثر آنها جلوگیری شود. اما گیاهانی‌که موسیلاژ فراوان دارند (مانند دانه‌های برزك و به) باید به‌مدت ۱۰ تا ۳۰ دقیقه درآب سرد خیسانده شوند وپس از آن هم خیسانده‌آبی وهم خود گیاه خورده شود. اما گیاهان تانن‌دار راطبق یك‌قاعده‌می گذارند به‌مدت‌چنددقیقه بجوشد. هنگامی که‌ازمخلوطی ازگیاهان‌باحساسیتهای‌مختلف نسبت‌به‌حرارت استفاده می‌شود، بهتر است‌که ازروش‌تهیه‌ای استفاده شود‌که مناسب ناپایدارترین آنهاست وتمام بافتهای چوبـی را به‌قطعات کوچکی تبدیل‌کرد تـا استخراج مـواد مؤثر بخوبی انجام شود.

مقدارگیاه مصرفی، به وضع بیمار تحت درمان وکیفیت گیاه داروئـی بستگی دارد. در شرح مربوط به گیاهان، مقداری‌که باید مصـرف شود همیشه مشخص شده است امـا برای بیماران ضعیف وکودکان این مقداربابد کاهش یابد.

کشت وگردآوری گیاهان دارویی

بسیاری ازگیاهانی‌کـه در طب خانگی مصرف می‌کنیم بومی هستند. بـرخی از آنها مـانند نعناع صحرایی، نعناع، مـریم‌گلی، فرنجمشك و رومارن‌سالیان دراز در زمینهای

ما کشت شده‌اند. برای تهیهٔ مقادیر زیاد و مورد نیاز از برخی گیاهان دارویی گاهی لازم می‌شود که آنها را، حتی اگر به حالت وحشی هم وجود دارند، کشت کنیم. عقیدهٔ شایعی درمیان است که گیاهان پرورشی از آنهایی که از زیستگاه طبیعیشان گردآوری می‌شوند تأثیر کمتری دارند. باید تأکید کرد که این عقیده کاملا نادرست است. پژوهشهای انجام شده درطی سالیان دراز نشان داده است که گیاهان پرورشی اگر از دانه‌های خوب انتخاب شده، در خاك مناسب کاشته شده و درآب و هوای مناسب پرورش یافته باشند دست کم به‌اندازهٔ گیاهان وحشی مؤثر هستند. روشهای صحیح کشت ممکن است حتی گیاهانی را تولید کنند که بطور قابل ملاحظه‌ای مؤثرتر از گیاهان وحشی باشند.

درمورد کشت و نیز گردآوری باید کوشش شود که گیاهانی را که حداکثر فعالیت ممکن را دارند تهیه کرد. این فعالیت به‌عوامل متعددی بستگی دارد که سعی می‌کنیم هنگام توضیح نقش‌شان بر روی پرورش گیاه به‌هنگام کشت، آنها را، نشان دهیم.

اول آن که **نژادهایی که مقدار مواد مؤثرهٔ آنها زیاد است کشت شوند.** مثلا پست‌ترین نژاد رازیانه در شرایط کشت یکسان فقط یك‌سوم مقدار مواد مؤثره عالی‌ترین نژاد رازیانه را دارد. اختلاف درنژادها نه‌تنها از نظر کل محتویات مواد مؤثره است، بلکه بعضی از ترکیبات شیمیایی در مخلوط مواد مؤثره ممکن است دربعضی ازنژادها فراوان باشد اما دربعضی دیگر به مقدار کمی وجود داشته باشد. بدین‌ترتیب است که نژادهای مختلف آویشن وحشی حاوی روغنهای فرار با بوی لیمو، کارواکرول یا تربانتین هستند. بنابراین هنگام کشت تجارتی باید سعی کرد که نژاد مناسبی از بین گونه‌ها کشت داده‌شوند.

گیاهان‌مختلف در **خاکهای** بسیارمتفاوت می‌رویند. بیشتر گیاهان به یك خاك خوب نیازمندند. برخی افراد، کشت گیاهان را در خاکهای نامرغوب توصیه می‌کنند که بطور کلی کار نادرستی است. این کار ممکن است برای تعدادکمی از گونه‌ها مانند پنیرك یا marshmallow صحیح باشد. اما بازده و کیفیت این گیاهان نیز هنگامی که درخاك‌خوب پرورش می‌یابند بسیار بهتر می‌شود. بنابراین پیش از شروع کشت گیاهان دارویی باید نسبت به زمین توجه زیادی شود. مثلا نعناع صحرایی برروی خاکهای مختلف می‌روید. این گیاه در زمینهای باطلاقی بسیار پرپشت است اما متأسفانه اسانس‌آن بوی نامطبوع باطلاق را دارد.

کودها برروی‌مقدارمواد مؤثرهٔ گیاه اثر می‌گذارند. تمام گیاهان به‌خاك کوددارمناسب نیازمندند اما برخی‌ازآنها به‌کودهای‌ویژه‌ای نیاز دارند. این‌نکته بخوبی دانسته شده‌است که با استفاده ازکودهای نیتروژنه مقدارمواد مؤثره‌موجود دربلادون‌وتاتوره‌افزایش‌می‌یابد. درمورد گیاهان دیگرمانندگیاهان عطری، تأثیر کودها برروی مواد مؤثره گیاه کمتر مشخص است وتفسیرآن مشکل‌تر است. بطورکلی از مصرف کودهای بسیار اختصاصی باید خودداری کرد.

آب وهوا نیز عامل مهمی است. نباید تصور شود که درآب و هوای گرم همیشه گیاهان غنی از مواد مؤثره پرورش می‌یابند. ازسوی دیگر درست است که درآب و هوای بسیارسرد معمولا گیاهانی باکیفیت پست‌ایجاد می‌شود. بیشترین مقدار مواد مؤثره معمولا در گیاهانی یافت می‌شود که درشرایطی مشابه زیستگاه طبیعیشان کشت می‌شوند. یك استثنای مهم دراین موردگروهی از گیاهان اسانس‌دار است که بسیاری ازآنها درمحیط کشت خشك وگرم پربارتر ازمحیط سرد ومرطوب هستند.

این عقیده شایع که **گیاهان کوهستانی** مؤثرتر ازگیاهان زمینهای پست هستند تا حدودی صحیح است. درطی سالها تحقیقاتی

انجام شده و این نتیجه به دست آمده است که هریك از گونه‌های گیاهان دارای یك ارتفاع مطلوب است که در آن ارتفاع حداکثر فعالیت را دارد. برای بسیاری از این گونه‌ها این ارتفاع بین ۸۰۰ تا ۱۳۰۰ متر است. برای برخی دیگر این ارتفاع کمتر است. در ارتفاعات بلندتر حدود ۱۶۰۰ تا ۲۰۰۰ متر حتی در گیاهان دارای منشاء کوهستانی (مانند زیرهٔ سیاه و تاج الملوك) مقدار مواد مؤثره کاهش می‌یابد. این کاهش مقدار مواد مؤثره ممکن است بین ۲۰ تا ۵۰ درصد مقداری باشد که در ارتفاعات مطلوب برای گیاه دیده می‌شود اگرچه رشد گیاه طبیعی یا گیاه شاداب به‌نظر می‌رسد. این کاهش مقدار مواد مؤثره احتمالا به علت کاهش حرارت کوهستان بویژه در طی شب است. **نور** می‌تواند نقش مهمی داشته باشد. ثابت شده است که بلادون گردآوری شده ازمکانهای آفتابی آلکالوئید بیشتری از بلادون مکانهای سایه‌دار دارد. بعضی از نعناعیان (مانند balm ، مرزنگوش) اگر در مکانهای کاملا روشن کشت شوند غدد روغنی زیادتر و بنابراین روغنهای فرار بیشتری دارند.

زمان گردآوری بطور قابل ملاحظه‌ای برروی مواد مؤثره موجود گیاه اثرمی گذارد باید بدانیم که دانش ما از رابطهٔ بین آهنگ رشد یك گیاه و مقدار موادمؤثرهٔ موجود در آن هنوز هم کامل نیست. در بسیاری از موارد ثابت شده است که دست کم در بخشهای سبز گیاهان تشکیل مواد مؤثره به هنگام فعال‌ترین دوران رشد یك گیاه بسیار زیاد است. بنابراین نتیجه می‌شود که مقدار این ترکیبات در پایان چنین دورانی (یعنی در آغاز گل دادن) بسیار زیاد است. مواد مؤثرهٔ پیش ازمرحلهٔ گل‌دادن و در طی آن در برگها نیز تجمع پیدا می‌کند. بنابراین گیاهان را باید در زمان مناسب گرد-آوری کرد. ساعات روز نیز تغییرات واقعی را سبب می‌شود. گیاهان آلکالوئیددار نظیر بلادون یا تاتوره صبحها بیشتر ازعصرها دارای موادمؤثره هستند. گیاهان‌را نباید درروزهای بارانی یا هنگامی که هنوز از شبنم پوشیده شده‌اند گردآوری کرد.

محافظت گیاهان تازه معمولا با خشك کردن آنها انجام می گیرد. پس از آن می توان درسر تاسر سال ازآنها استفاده کرد. روشهای خشك کردن نیز تأثیر زیادی برروی مقدارمواد مؤثره دارد. روشهای خشك کردن گیاهان به محض گردآوری آنان، برای جلوگیری از تغییرات احتمالی بویژه درمواد مؤثره ازاهمیت اولی برخوردار است.

خشك کردن درآب و هوای مرطوب مشکلاتی را به همراه دارد. درآب و هوای گرم وخشك تقریباً تمام گیاهان دارویی را می‌توان بدون هیچ گونه وسیله‌ای درهوا خشك کرد. اما درفصول مرطوب کشتکار تجارتی گیاهان دارویی باید ابزارهای ویژه‌ای داشته باشد. مثلا ممکن است او از خشك کننده‌های مخصوص خشك کردن میوه‌ها وسبزیها استفاده کند که دراین صورت دمای آن باید بدقت تنظیم شود. گیاهان اسانس‌دار باید بین ۲۰ تا ۴۰ درجه سانتیگراد خشك شوند، درحالی که بسیاری ازگیاهان دیگر دمای بین ۱۵ و ۸۰ درجهٔ سانتیگراد را تحمل‌می کنند، اگرچه بطور کلی مواد مؤثره در دمای بین ۵۰ تا ۷۰ درجه سانتیگراد بهتر از هر دمایی پایدار می‌مانند.

غالباً گفته می‌شود که خشك کردن باید در سایه انجام گیرد. این‌موضوع درمورد گیاهانی که حاوی روغنهای فرارند مطمئناً درست‌است زیرا هنگامی که دربرابر آفتاب خشك می‌شوند تا ۳۰ درصد این ترکیبات را از دست می‌دهند. به نظر نمی‌رسد که گیاهان دیگر چیزی ازمواد مؤثرهٔ خود را هنگام خشك شدن در برابر آفتاب از دست بدهند وموادردی شناخته شده‌است که مقدار ترکیبات مؤثر با خشك‌شدن در برابر خورشید افزایش یافته‌است (بلادون، گل انگشتانه). دراین‌موارد لازم است که

بافتهای گیاهی را در برابر اشعهٔ خورشید فقط برای مدت زمان لازم قرارداد تا خشک شوند. پس ازآن گیاهان را باید درسایه قرارداد تا ازتغییر ظاهر واحتمالا تغییر فعالیت آنها نیز جلوگیری شود.

هر روشی که برای خشک کردن انتخاب می‌شود (سایه، آفتاب، دستگاه خشک کننده) گستراندن گیاهان درلایه‌های نازك بدون‌اینکه قسمتهای مختلف آنها روی هم انباشته شوند حایز اهمیت بسیار است، اگر این احتیاط انجام نگیرد، خشك شدن بشدت کند می‌شود. وممکن است همراه با ازبین‌رفتن مواد مؤثر، تخمیر صورت گیرد. برای خشك کردن مقادیر کمی از گیاهان‌درهوا، ازاطاقکهایی که خوب تهویه می‌شوند استفاده می‌شود. برای خشك کردن مقادیر زیادتر گیاهان بهتر است که از سینیهای کم عمق که کف آنها تورهای سیمی یا گونی است استفاده شود.

پیش ازخشك کردن بهتر است که برگها وگلها را ازسایر اندامهای زاید گیاهی نظیر ساقه که جریان‌خشك کردن راکند می کنند جدا کرد. بنابراین آویزان‌کردن دسته‌های نعناع صحرایی یا سرشاخه‌های بادرنجبویه و سپس جدا کردن‌برگها فقط به هنگامی که تمامی گیاه خشك شده‌است نادرست است. خشك کردن گیاهان به شکل دسته‌بندی شده فقط هنگامی باید انجام شود که تمام قسمتهای هوایی گیاه مورداستفاده‌است (مانند افسنطین، مرزنگوش، قنطوریون). کشت تجارتی انگور خرس، ارس یا اکلیل کوهی درمقیاس اقتصادی با گردآوری و خشك کردن شاخه‌های برگدار انجام می گیرد. سپس برگها را با تکاندن و الك کردن ازساقه جدا می‌کنند.

دانستن‌مسایل اقتصادی کشت جالب توجه است. کشت گیاهان دارویی بسیار کاربراست واگر کارگران فقط بدین منظور باید به کار بپردازند سود حاصل بسیار کم خواهد بود. ازسوی دیگر اگر کشتکار نیروی کار کمکی درا‌ختیار داشته‌باشد (مانند کودکان، کارگران ساده) می‌تواند به‌سود خوبی‌امید داشته‌باشد. به عنوان مثال می‌توان گفت که کشت گیاهان دارویی سود دهی تقریباً معادل یك زمین زراعتی درنزدیکی شهر خواهد داشت. برای کشت مقادیرزیادتر گیاهان دارویی لازم‌است که خریداران مناسبی مانند عمده فروشان، داروفروشان وغیرآنها را داشت.

گردآوری گیاهان وحشی معمولا سهل‌تر ازکشت آنهاست. اما بازهم لازم است که مالك زمین بود. دراینجا گردآوری گیاهان معمولا توسط کودکان یا کارگران ساده انجام می‌شود. باید نسبت به‌آنچه که پیش ازاین درباره گردآوری وخشك کردن گیاهان گفته شد توجه شود. در زیر قواعد عمومی راکه باید رعایت کرد می‌خوانید:

۱ـ فقط گونه‌هایی را جمع‌آوری کنید که درمنطقه‌فراوانند. گردآوری گیاهان کمیاب انهدام غیرقابل‌توجیه طبیعت است علاوه‌بر آن بازده آن‌کم است. به‌گیاهان گردآوری شده همیشه باید با دقت زیاد دست زد.

۲ـ درهربار فقط چندگونه گیاه راگرد‌آوری کنید تا از مخلوط شدن اتفاقی، که گیاهان گردآوری شده را بی‌ارزش می‌سازد، پیشگیری کنید.

۳ـ بسیار دقت کنید که هیچ گیاه دیگری با گیاه گردآوری شده مخلوط نشود.

۴ـ گیاهان، بویژه برگها، گلها یا تمامی آن‌را هرچه زودترپس‌از گردآوری‌خشك کنید. گیاهان معطر را باید تا حدامکان درسایه و در مکانی که‌جریان‌هوا بسیارخوب‌است،خشك کرد. گیاهان را باید در لایه‌های نازك گسترانند. بهترین روش‌آن است که اصلا روی هم قرار نگیرند.

۵ـ ازگرمادادن‌فقط برای گیاهانی باید استفاده شود که هنگامی که تازه هستند بو ندارند. گیاهان معطر را نباید دربرابرحرارت بیش از ۳۵ درجه سانتیگراد قرار داد. بطور

کلی گیاهان دیگر را ممکن است بین ۵۰ تا ۷۰ درجه‌سانتیگراد خشک کرد اما این حرارت ممکن است حتی برای گیاهانی که ترکیبات معطر ندارند بسیار زیاد باشد. گل انگشتانه‌ای که حداکثر فعالیت را دارد با خشک کردن در دمای ۲۵ درجه سانتیگراد به‌دست می‌آید.

۶ـ ریشه‌های **قطور** را باید همیشه پیش ازخشک کردن ازطول برید.

۷ـ گیاهان خشک‌شده‌را باید بی‌درنگ درظروف کاملا خشک قرار داد. (صندوق، جعبه‌های فلزی، ساك). آنها را باید با دقت جابجا کرد وگرنه بآسانی خرد می‌شوند.

۸ـ گیاهان‌اسانس‌دار رانباید درساکها یا جعبه‌های پلاستیکی نگهداری کرد زیرا پلاستیك، اسانسهای گیاهی را جذب می کنند که‌پس‌ازآن ازسطح خارجی آن تبخیرمی‌شود.

نامهای عامیانه گیاهان دارویی

برای مشخص کردن گیاهان دارویی و اندامهای آنها، گیاه شناسان، داروسازان و پزشکان از نامهای دوتایی لاتین استفاده می کنند. بدین‌سان گیاهی که تخم کتان می دهد Linum usitatissimum نامیده می‌شود. دانه‌های آن نیز Semen Lini نامیده می‌شود. این نامها برای دانشمندان همهٔ کشورها کاملا روشن است. این نامها یا توسط کنگره‌های گیاه شناسی بین‌المللی (نامهای گیاهان) یا توسط فارماکوپه‌ها (فارماکوپه انگلستان، سوییس وغیرآنها) که انتشارات رسمی‌هستند (نامهای داروها) وضع‌شده‌اند. حرف L پس از Linum usitatissimum حرف اول نام لینه گیاه‌شناس سوئدی است که این نام‌را برای گیاه انتخاب کرده و آن را دقیقاً توصیف کرده است.

فرد عادی در زبان روزمره معمولا گیاهان دارویی واجزای دارویی‌حاصل ازآنها (گل، برگ، پوست، ریشه وغیره) را با نامهای عامیانه ، بدون هیچ گونه مبنای علمی یا استناد قانونی، توصیف می کند. واین نامها ازیك منطقه تا منطقهٔ‌دیگر یك کشورتفاوتهای عمده‌ای با هم دارند. بین کشورهایی که زبانهای مختلفی دارند نیز گاهی بین نامهای عامیانه رابطه‌ای وجود دارد. مانند کیسهٔ کشیش که به انگلیسی به آن Shepherd's purse و در زبان فرانسه Bourse a pasteur می‌گویند یا دم اسب که به انگلیسی به‌آن horsetail وبه فرانسه به آن queue de cheual می گویند همه به یك معناست، با این‌حال معمولا بین‌نامهای عامیانه انگلیسی وسایر زبانها رابطهٔ نزدیکی وجود ندارد. مترجم انگلیسی کتاب کوشش نکرده است که نامهای عامیانه سوییسی را ارائه دهد اما نامهای عامیانه‌ای راکه معمولا درانگلستان به‌کار می‌رود ونیز نامهای معمولی داروهایی راکه در داروشناسی‌خانگی به‌کار می‌رود آورده است.

تعداد محدودی‌ازاین‌نامها که درانگلستان زیاد به‌کار می‌روند انتخاب شده‌اند زیرا بسیاری از نامهای عامیانه فقط از لحاظ تاریخی اهمیت دارند مانند کیسه‌کشیش Shepherd s'purse = Shepherd's sprout ،Mother's heart، pickpurse ،permacoty، toywort وغیره.

زمان گردآوری گیاهان داروئی

ماههای تعیین‌شده برای گردآوری گیاهان داروئی در شرایط اقلیمی مرکـزی و جنوبی انگلستان است. درمناطق شمالی بریتانیا و نواحی کوهستانی گردآوری باید چندین هفته به‌تأخیر افتد. برای تکمیل این فهرست، تعدادی ازگیاهانی‌که در بریتانیا می‌رویند به‌آن افـزوده شده است.

January
Mistletoe

February
Coltsfoot (flower)
Couchgrass (root)
Mistletoe

March
Bearberry (leaf)
Burnet Saxifrage (root)
Coltsfoot (flower)
Couchgrass (root)
Cowslip (root)
Elecampane (root)
Nettle (root)
Tormentilla (root)
Violet (flower)
Willow (bark)

April
Bearberry (leaf)
Buckbean (leaf)
Burdock (root)
Burnet Saxifrage (root)
Celandine
Coltsfoot (flower)
Cowslip (flower)
Cowslip (root)
Dandelion (root)
Dwarf Elder (root)
Elecampane (root)
Hawthorn (leaf)
Iceland Moss
Lungwort
Nettle (leaf)
Pine (shoots)
Plantain (leaf)
Pulsatilla
Shepherd's Purse
Tormentilla (root)
Violet (flower)
White Deadnettle
Willow (bark)

May
Alder Buckthorn (bark)
Avens
Bearberry (leaf)
Birch (leaf)
Blackberry (leaf)
Buckthorn (leaf)
Celandine
Cowslip (flower)
Hawthorn (flower)
Horse Chestnut (bark)
Iceland Moss
Lily-of-the-Valley
Lungwort
Nettle (leaf)
Oak (bark)
Plantain (leaf)
Sanicle
Shepherd's Purse
White Deadnettle

June
Alder Buckthorn (bark)
Alpine Lady's Mantle
Alpine Plantain
Avens
Balm
Belladonna (leaf)
Bilberry (leaf)
Birch (leaf)
Blackberry (leaf)
Borage
Buckbean (leaf)
Centaury
Coltsfoot (leaf)
Elder (flower)
Foxglove (leaf)
Golden Potentilla
Hawthorn (flower)
Heartsease
Henbane
Holy Thistle
Horehound
Horsetail
Hyssop
Iceland Moss
Ladies' Fingers
Lady's Mantle
Life Everlasting
Lime (flower)
Lungwort
Mallow (flower)
Meadowsweet
Mullein
Nettle (leaf)
Peppermint
Plantain
Rue
Rupturewort
Sage
St John's Wort
Sanicle
Shepherd's Purse
Spearmint
Walnut (leaf)
White Deadnettle
Wild Chamomile
Wild Thyme
Wormwood
Yarrow

July
Agrimony
Alpine Lady's Mantle
Alpine Mugwort
Alpine Plantain
Aniseed
Arnica (flower)
Avens
Balm
Belladonna (leaf)
Bilberry (leaf)
Birch (leaf)
Blackberry (leaf)
Black Bryony
Borage
Butterbur
Caraway
Centaury
Clubmoss
Coltsfoot (leaf)
Cowberry
Dog-Rose
Elder (flower)
Eyebright
Foxglove (leaf)
Golden Monard
Golden Potentilla
Golden Rod
Hawthorn
Heartsease
Henbane
Holy Thistle
Horehound
Horsetail

Hyssop
Iceland Moss
Kidney Bean
Knotgrass
Ladies' Fingers
Lady's Bedstraw
Lady's Mantle
Lavender
Life Everlasting
Lime
Mallow
Marjoram
Marshmallow
Meadowsweet
Melilot
Mullein
Nettle (leaf)
Peppermint
Plantain
Rose
Rupturewort
Sage
St John's Wort
Spearmint
Speedwell
Stramonium .
Sundew
Tansy
Walnut
White Deadnettle
Wild Chamomile
Wild Thyme
Wormwood
Yarrow

August
Agrimony
Alpine Lady's Mantle
Alpine Mugwort
Aniseed
Arnica
Avens
Balm
Belladonna (leaf)
Bilberry
Bistort
Blackberry (leaf)
Black Bryony
Borage
Burnet Saxifrage
Butterbur
Caraway
Centaury
Clubmoss
Coltsfoot
Cowberry (leaf)
Dog-Rose (hips)
Dwarf Elder
Eyebright
Fenugreek
Foxglove (leaf)
Golden Monard
Golden Potentilla
Golden Rod
Heartsease
Henbane
Hollyhock
Holy Thistle
Horehound
Horsetail
Hyssop
Iceland Moss
Juniper (fruit)
Kidney Bean
Knotgrass
Ladies' Fingers
Lady's Bedstraw
Lady's Mantle
Life Everlasting
Mallow
Marigold
Marjoram
Marshmallow
Meadowsweet
Mullein
Nettle (leaf)
Peppermint
Plantain
Rue
Rupturewort
St John's Wort
Spearmint
Speedwell
Stramonium
Sundew
Tansy
Tormentilla
Wild Chamomile
Wild Thyme
Wormwood
Yarrow

September
Alpine Lady's Mantle
Avens
Balm
Belladonna (root)
Bistort
Black Bryony
BurnetSaxifrage (root)
Butterbur
Comfrey
Couchgrass
Dog-Rose (hips)
Dwarf Elder (root)
Elder
Elecampane
Fennel
Fenugreek
Gentian (root)
Golden Rod
Hawthorn (fruit)
Holy Thistle
Horse Chestnut (seed)
Iceland Moss
Juniper (fruit)
Kidney Bean (pod)
Lady's Mantle
Lycopodium (powder)
Male Fern
Marigold
Marshmallow (root)
Melilot
Monkshood (root)
Mullein
Parsley
Peppermint
Polypody Root
Restharrow
Rupturewort
Soapwort (root)
Spearmint
Stramonium (leaf)
Tansy
Tormentilla
Valerian
White Bryony
White Hellebore

October
Angelica (root)
Avens
Buckthorn (fruit)
Burdock
Burnet Saxifrage (root)
Comfrey
Couchgrass
Dandelion (root)
Dwart Elder (root)
Elder (fruit)
Elecampane
Fennel
Hawthorn (fruit)
Juniper (fruit)
Kidney Bean (pod)
Liquorice (root)
Lovage
Marshmallow (root)
Monkshood (root)
Nettle (root)
Parsley (fruit)
Quince (seed)
Restharrow (root)
Soapwort (root)
Stramonium (seed)
Tormentilla (root)
Valerian (root)
White Bryony
White Hellebore (root)

November
Burdock (root)
Burnet Saxifrage (root)
Comfrey (root)
Couchgrass (root)
Dandelion (root)
Hawthorn (fruit)
Juniper (fruit)
Quince (seed)
Restharrow (root)
Tormentilla (root)
Valerian (root)

December
Mistletoe

Ergot of Rye

ارگو

(*Claviceps purpurea* Tulasne, Ascomycetes), Rye ergot, Secale Cornutum.



شرح : ارگو شکل پاییزه یك قارچ انگلی است که برروی گندم سیاه (چاودار) وبندرت غلات دیگریا گیاهان تیرهٔ گندم یافت می‌شود. گل آلوده چاودار تودهٔ سیاهی شبیه دانـهٔ ذرت در یك تخمـدان ازبین رفته ایجاد می کند. این دانه‌ها ۴ـ۱ سانتیمتر درازا دارند، کم وبیش استوانه ای شکل بوده،اغلب شکافدار وبه رنگ سیاه مایل به ارغوانی (بندرت قهوه‌ای مایل به‌خاکستری) هستند. غالباً درخوشه‌های خشك چاودار به سر می برد.

زیستگاه وگردآوری : زنگ چاودار درمحلهایی که چاودار کشت می‌شود بویژه در مناطقی که کنترلی روی دانـه‌ها نیست یافت می‌شود. این قارچ در سالهای مرطوب بیشتر ازسالهای خشك ایجاد شده، و غالباًدرکنارهٔ مزارع چاودار دیده می‌شود. گـردآوری آن هنگام برداشت خوشه‌های رسیده و دانه‌های جـدا شده‌است. درحـرارت ۴۵ـ۳۰ درجـه سانتیگراد خشك می‌شود. کشت آن ازطریق پاشیدن مصنوعی سوسپانسیون آبکی اسپورهای ارگو درخوشه بسته چاودار انجام می گیرد. اگرچه درعمل مزارع مجاورآن آلوده نمی‌شود اما بهتر است درمناطقی که نوع دیگرچاودار نمی‌روید آن را کشت داد.

ترکیبات واثر : ترکیبات فعال وقوی آن (آلکالوییدهـا و آمینها) با مقادیـر دارویی معمولی عروق خونی را منقبض کرده وبنابراین بـه عنوان یـك بندآورنده خون عمل می کند. سبب انقباضهای رحم می‌شود. با مقادیر زیاد؛ ارگو بسیار سمی است بطوری کـه می تواند سبب گانگرن انـدامهای انتهـایی، دردهای شدیـد، هذیان ومرگ شود. در قرون گذشته آلودگی اتفاقی آرد نانواها با ارگو همه‌گیریهای شدیدی ایجاد می کرد.

موارد مصرف : به خاطـر اثر قوی آن زنگ چـاودار (ارگو) باید تنهـا به وسیلهٔ پزشك تجویزشود. مصرف اصلی آن درمامایی ونورولوژی است.

Iceland Moss

خزه ایسلندی

(*Cetraria islandica* (L.) Acharius, Parmeliaceae), Iceland Lichen.



شرح: خزه ایسلندی از نظر گیاه‌شناسی خزه نبوده بلکه یك گلسنگ است. گیاه کوتاه و کوچکی است به ارتفاع ۳–۱۲ سانتیمتر جوانه‌های آن شبیه شاخ گوزن نر شاخه شاخه است و پهنای آن ۳–۱۲ میلیمتر، چروکیده و اغلب پیچدار یا شیاردار است. سطح بالایی آن به رنگ سبز زیتونی تا سبز مایل به قهوه‌ای (در گیاه خشك و پژمرده قهوه‌ای مایل به قرمز) ولی سطح پایینی کمرنگ‌تر با خالهای سفید است. هر نهال به‌صورت گرد با برجستگیهای کوچك خیلی کم است و بندرت فلسهای گرد قهوه‌ای دارد. مزهٔ آن تلخ و موسیلاژی است.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای گیاه خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: در جنگلهای کوهستانی، بویژه جنگلهای کاج و نیز به‌مقدار فراوان برروی خاکهای اسیدی بالای مناطق جنگلی یافت می‌شود. در سرتاسر سال گرد-آوری‌شده و درسایه یا آفتاب خشك می‌شود، ولی نباید به مدت طولانی درمعرض نور قرارگیرد.

ترکیبات واثر: ۱– تا ۷۰ درصد موسیلاژی است که به عنوان یك مرهم (demulcent) عمل می‌کند. یك کربوهیدرات است که به‌آسانی هضم می‌شود.

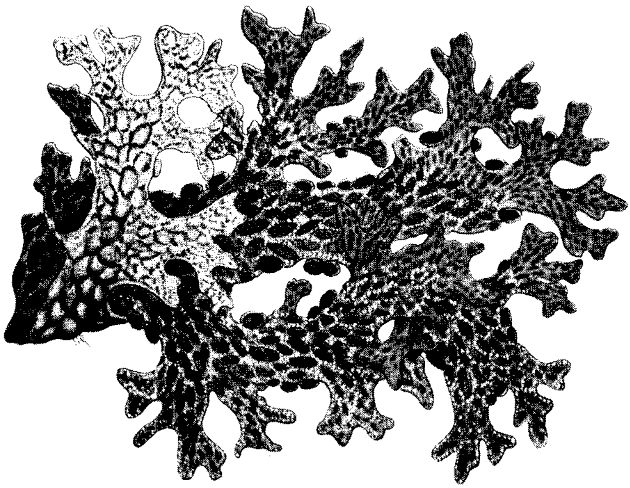
۲– مواد تلخ اسیدی که ترشح معده را تحریك کرده واشتها را افزایش می‌دهد. مقادیر زیاد آن ممکن است باعث سنکوب شود. اثر تقویتی آن در درمان سل ریوی به خاطر تأثیر براشتها است. خاصیت آنتی بیوتیکی ملایم دارد.

مصرف: به شکل تیزان (یك مشت از گلسنگ خرد شده را درنیم تا یك لیتر آب بجوشانید و صبر کنید تا خنك شود) برای درمان التهاب غشاهای مخاطی دستگاه تنفسی به‌کار می‌رود. بندرت به عنوان یك ماده تلخ درموارد فقدان اشتها یا برای درمان اسهال مصرف می‌شود.

Lungwort

شش گیاه

(*Lobaria pulmonacea*, Stictaceae), Lung Moss, Oak Lungs.



شرح: یك گلسنگ است. گیاه کوچکی است به طول تقریبی ۱۵-۵ سانتیمتر که به‌شکل توده‌های پهن‌منظم‌شده است که ازاین نظر این گیاه باخزهٔ ایسلندی که بطورعمودی رشد می‌کند تفاوت می‌کند. شاخه شاخه‌تر ازخزهٔ ایسلندی‌است و گوشه‌هایی پهن‌تر ازآن دارد. سطح بالایی‌آن سبز تا زیتونی‌مایل به‌قهوه‌ای است که فرورفتگیهای مقعررا مشخص می‌کند. خطوطی که این حفرات‌را جدا می‌کند اغلب دارای لکه‌های سفیدرنگ است. سطح‌پایینی آن محدب بوده وقهوه‌ای روشن تا قهوه‌ای تیره است. کرکهای‌قابل لمس آن اغلب بین قسمتهای‌محدب‌قراردارد.طعم‌آن‌کمی‌تلخ است.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای گیاه خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: درمناطق معتدل در محلهای مرطوب همراه با درخت زبان گنجشك ولی نه به مقدار زیاد می‌روید. سرتاسرسال‌گردآوری‌شده‌ودرسایه‌خشك‌می‌شود.

ترکیبات واثر: ۱- مواد تلخ اسیدی آن ترشح غدد بزاقی، معدی و روده‌ای را تحریك‌کرده، اشتها را زیاد و بیمار را تقویت می‌کند. همانگونه‌که درمورد خزه ایسلندی نیز ذکر شد اثر تقویتی این‌گیاه نیز در درمان سل ریوی تنها به خاطر تأثیر براشتها است.

۲- مقدار کمی موسیلاژ.

۳- اثر آنتی‌بیوتیکی مختصر.

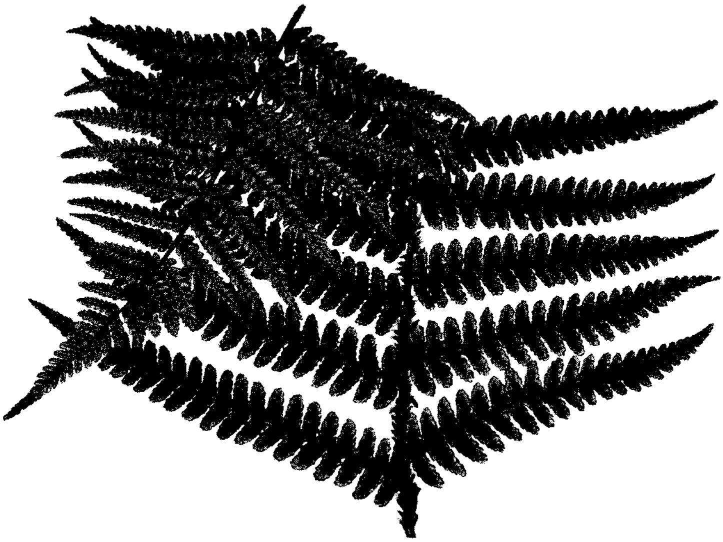
مصرف: به‌صورت‌تیزان (یك‌مشت‌گلسنگ را با یك‌لیترآب جوشانده وصبرکنیدتا خنك شود) برای درمان التهاب غشاهای مخاطی برونشها وسل ریوی به کار می‌رود. بنادرست برای درمان ناراحتیهای دیگرنظیر رماتیسم و هیستری مصرف می‌شود.

توجه: Lungwort همچنین نام گونه‌های Pulmonaria از تیرهٔ Boragina ceae با خواص دارویی مشابه است (صفحه ۱۲۲ را ببینید).

Male Fern

سرخس نر

(*Dryopteris filix-mas* (L.) Schott, Polypodiaceae), Male Shield Fern.



شرح: دارای ریزومهای قهوه‌ای مایل به سیاه‌است که باقاعده برگهای سال‌قبل پوشانده شده ومجموعاً استوانـه‌ای به طول ۵۰–۲۰ سانتیمتر وگاهی به قـطـر یك بازو تشکیـل می‌دهد. برگهای آن به طول ۱۴۰ سانتیمتر بطور مارپیچ روی ساقهٔ تنومندی قـرار گرفته که سطح پایینی آن مودار است. محور اصلی آن دارای برگچه‌های متناوب است وبرگچه‌های جوان‌تردر رأس قرار دارد. بـرگچه‌های آن منقسم بوده قسمتهـای کوچکتر گرد است ولی تیز نیست، (تفـاوت با سایـر سرخسـهای ظاهـراً مشابـه دیگـر ولی از نظـر دارویی بی اثر است). درتابستان وپائیزاین برگچه‌ها برروی سطح پایینی خود توده‌های هاگـدار دارد. درابتدا سفیـد مایل بـه سبز و سپس قهوه‌ای است. طعم ریـزوم آن ابتـدا متمایل به شیرین وسپس تلخ وتهوع آور است.

قسمت مورد استفاده: ریـزوم خشك و باقی‌ماندهٔ قاعدهٔ برگها.

زیستگاه وگردآوری: به‌وفور دربریتانیا واروپا می‌روید وبیشتر به‌خاطرمصرف‌دارویی آن وارد می‌شود. درپاییز گردآوری می‌شود.

ایران: در نواحی شمالی ایـران، بین لنگرود وقزوین وآذربایجان می‌روید.

ترکیبات واثر: حاوی مـواد فعـالی (اسیدفیلیسیك وغیره) مؤثر برکرمهای نواری است، علاوه براین دارای مقادیرکم‌اسانسهای فرار، روغنهای ثابت وتانن‌است. مقادیر زیاد آن‌برای انسان سمی بوده وممکن است سبب کوری شود.

مصرف: معمولا به‌صورت عصاره مصرف می‌شود. چون‌برای‌ازبین بردن کرمهای‌نواری مقادیر زیادسرخس‌نر باید مصرف‌شودبنابراین مصرف‌آن بدون نظارت‌پزشك خطرناك است. گاهگاهی جوشانده خرد شده ریزوم‌آن برای شستشوی‌زخمهایی‌که‌دیرالتیام‌می‌یابدبه‌کارمی‌رود.

Polypody Root

ریشه بسفایج

(*Polypodium vulgare* L., Polypodiaceae), Brake Root, Common Polypody, Oak Fern, Rock Polypody.



شرح: این گیاه دارای ریزومهای خزنده به‌ضخامت ۱۰-۵ میلیمتر و کمی‌مسطح‌است. باقیمانده قاعده برگهای روی آن به شکل دندانهای کوچك است. برگهای سادهٔ پرمانند آن با بخشهای نیرومند نیزه‌ای که یك درمیان ومقابل یکدیگر قرار گرفته است. سطح پایینی دارای رگه‌های میانی وبرجسته است‌که در امتداد آنها دو ردیف هاگینه به رنگ نارنجی تا قهوه‌ای وجود دارد. طعم ریزومهای آن شیرین است.

قسمت مورد استفاده : ریزوم خشك

زیستگاه وگردآوری : درسرتاسر اروپا پراکنده است. دربریتانیا درمناطق حفاظ‌دار روی‌دیوارهای‌قدیمی، تنهٔ درختان، صخره‌های مرطوب وغیره می‌روید. در پاییز گردآوری می‌شود (همیشه نوك در حال رشد ریزوم را دوباره می‌کارند) و درسایه یاآفتاب خشك می‌کنند.

ایران: در نواحی شمالی ایران، آذربایجان، بندرگز، مازندران وجنوب رشت می‌روید.

ترکیبات واثر : دارای‌قند، رزین ومادهٔ گلیکوزیدی است به نام پلی‌پودین‌که ترشح صفرا را تحریك می‌کند. همچنین در التهاب غشاهای مخاطی برونشها به عنوان خلط‌آور عمل می‌کند. ترشحات صفراوی را افزایش داده و اثرمسهلی ملایمی دارد.

مصرف: به‌شکل‌تیزان (یك‌قاشق‌غذاخوری ازریزوم کاملا خردشده آن را با نیم لیترآب ۵ دقیقه بجوشانید وصبرکنید تا سرد شود) برای درمان التهاب غشاهای مخاطی برونشها ویبوست ملایم مصرف می‌شود. گرد ریزوم آن را می‌توان روزی ۲-۴ بار هربار ۲ گرم مصرف کرد.

Horsetail

دم اسب

(*Equisetum arvense* L., Equisetaceae), Bottlebrush, Dutch Rushes.

قسمت مورد استفاده: جوانه‌های سبز نازا وخشك شده.

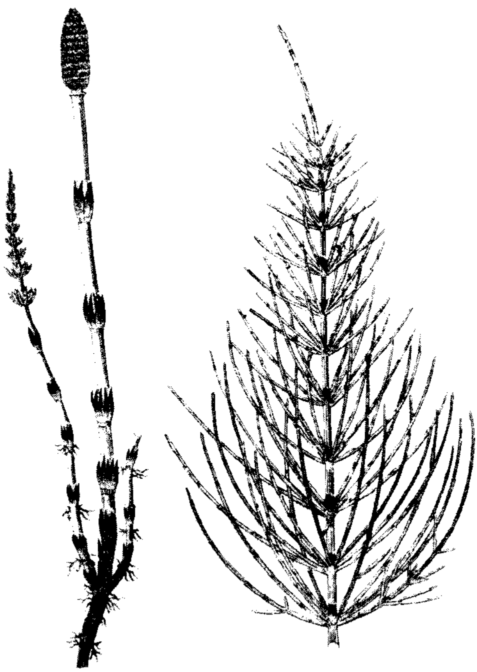
زیستگاه و گردآوری: در سراسراروپا ودربریتانیا به‌حد وفـور درزمینهای مرطوب مزارع ومحلهای بایرمی‌روید. بهتر است در اواخر تابستان گردآوری شود.

ایران: درنواحی شمالـی مانندگرگان، بندرگز، سواحل مرداب خزر، آذربایجان و تبریز می‌روید.

ترکیبات: ترکیبات این گیاه‌کاملا شناخته نشده است ولی ساپونین، اسید سیلیسیك کـه در آب کمی محلول است ومقدارکمی آلکالوئید درآن پیدا شده است.

اثر: **۱ـ** مدر (تنها درموارد بیماری).
۲ـ بندآورنده خون برای خونریزیهای داخلی (مورد تردید است)
۳ـ ریه‌هـا را تقویت می‌کنند (اثراسید اسید سیلیسیك ،ولی‌هنوزقطعی نیست).
۴ـ ایجادبافت‌فیبروزی درمحل‌زخمهایی که آهسته التیام می‌یابد.

مصرف: به‌صورت‌تیزان (۲ـ۱ مشت در یك لیتر) برای خیز، نارسایی دفع ادرار و به‌عنوان یك عامل تقویت کننده در سل‌ریوی (فقط برای تقویت درمـان) مصرف می‌شود. ازطریق خارجی بشکل مالیدنی برای درمان زخمهایی‌که دیرالتیام می‌یابد مقادیر زیادآن (۶۰ـ۴۰ گرم) باید برای خونریزیهای معده بکاررود عصارهٔ به‌دست آمده ازگیاه تازهٔآن نیزاثرمشابهی دارد.



شرح: ریزوم نازك این گیاه‌درفصل بهار یك جوانه‌حاصلخیزقهوه‌ای‌مایل به‌خاکستری با نوك انتهایی اسپردار ایجاد می‌کند. جوانـه‌های سبز ایجاد شده نازا بوده و ۳۰ـ۲۰ سانتیمتر طول دارد رأس آن گـرد وغیر منشعب است ودرهرگره آن چترهایی از شاخه‌های جانبی باریك ومنقسم‌دارد. قسمت‌پایین‌ترآن‌درازتراز نیام‌غشایی‌است که‌ساقه‌رادرگره،جایی که‌شاخه شاخه شدن ایجاد می‌شود،احاطه کرده است (تفاوت باسایرگونه‌های Equisetum).

Clubmoss

پنجهٔ گرگ

(*Lycopodium clavatum* L., and allied species, Lycopodiaceae), Vegetable Sulphur, Wolf's Claw.

شرح: گیاهی است خزنده، پرشاخه که گاهی به‌شکل فرش درمی‌آید. شاخه‌های آن عمودی و تا ۱۵ سانتیمتر درازا دارد و به‌طور متراکم با برگهای کوچک و بلند که درانتها به‌صورت یك مواست پوشیده می‌شود. درانتهای بیشتر شاخه‌ها توده‌های استوانه‌ای هاگدانهای زردی است که داخل آنها هاگهای کوچك و متعددی وجود دارد. این هاگها درماههای تیر ومرداد می‌رسند.

قسمت مورد استفاده: به‌طور عمده از هاگ و بندرت از تمام گیاه خشك شده استفاده می‌شود.



زیستگاه و گردآوری: دراروپای مرکزی وشمالی برروی زمینهای باتلاقی، مراتع و زمینهای بایر و در بریتانیا بیشتر درشمال یا جنوب می‌روید، برای به‌دست‌آوردن هاگ‌های آن هاگدانهارا مدتی کوتاه قبل ازرسیدن جمع آوری کرده و برروی صفحات کاغذ خشك می‌کنند وسپس برای جدا کردن هاگها آن‌را الك می‌کنند.

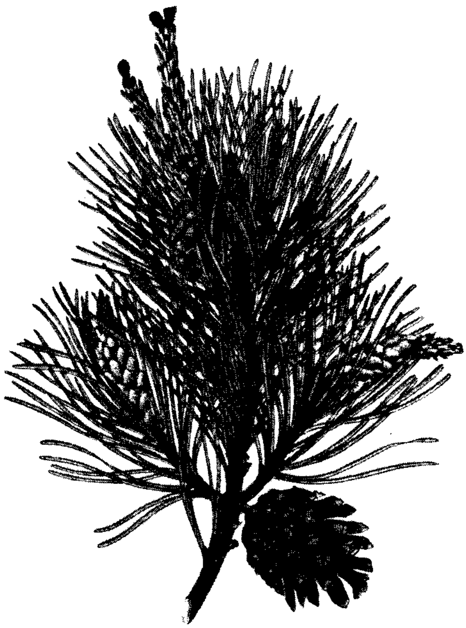
ترکیبات واثر: هاگهای آن حدود ۵۰ درصد روغن جامد و احتمالاً مقادیرکمی از ترکیبات فعال‌تر دیگر دارد. ازطریق خارجی تحریك پوست‌را برطرف کرده ومصرف داخلی آن دردهای ناشی از التهاب مثانه را تسکین می‌دهد(موردتردیداست).آلکالوئیدهای خود گیاه کمی‌مدر و اثر تسکین‌دهنده برروی التهاب مثانه‌دارد. بامقادیرزیاد برای سیستم اعصاب مرکزی‌سمی است.

مصرف: هاگهای این گیاه بـه‌طور عمده به‌صورت گرد پاشیدنی بـرای از بین بردن تحریکات پوست، بویژه درکودکان به‌خاطـر اثـر تسکین دهنده آن بکار مـی‌رود. بـه شکل خوراکی آن را با ۹ قسمت شکرمخلوط کرده و به‌عنوان مسکن برای التهاب مثانـه مصرف می کنند (یك‌نوك چاقو ازاین مخلوط سه‌بـار درروز باکمی تیزان انگور خرس) . این گیاه به‌شکل خوراکی به‌صورت دم‌کرده (یك قاشق مرباخوری‌آن‌را درنیم‌لیتر آب سرد می‌جوشانند) در درمان التهاب مثانه و التهاب لگنچه کلیوی مصرف می‌شود. ظاهراً اثرآن برروی مثانه وکلیه‌ها ناپایدار است.

Pine

کاج جنگلی

(***Pinus sylvestris*** L., Pinaceae), Scotch Pine, Norway Pine.



زیستگاه‌وگردآوری: به‌طوروسیعی در مناطق گرم وخشك اروپای مرکزی وشمالی برروی‌خاکهای شنی‌وخارایی پراکنده است. بومی ارتفاعات کوهستانی اسکاتلند است. در بریتانیا کاشته می‌شود وبومی آنجاست. جوانه‌های آن‌را قبل از بازشدن (فروردین) جمع آوری کرده ودرسایه می‌خشکانند.

ایران: این گیاه بومی ایران نیست ولی دربعضی باغها وجود دارد و واریته‌های آن برای جنگل‌کاری به ایران واردشده است.

ترکیبات‌واثر: حاوی‌رزین و اسانسهای فراراست‌که هردو به‌عنوان یك خلط‌آور در از بین‌بردن التهاب مخاط برونشها ویك مدر ملایم عمل می‌کنند. در لوسیونها نیز برای کمك به‌التیام زخم به‌کار می‌رود.

مصرف: به صورت تیزان (در آب سرد خیسانیده، ۲ــ۱ دقیقه می‌جوشانندومی گذارند بماند) برای رفع التهاب مخاط برونشها و ازطریق‌استنشاقی برای‌تسکین سرماخوردگی مصرف‌می‌شود. به‌صورت لوسیون (یك مشت در۲ لیترآب وجوشاندن آن) برای زخمهایی که دیرالتیام می‌یابد ونیز رماتیسم مصرف می شود.

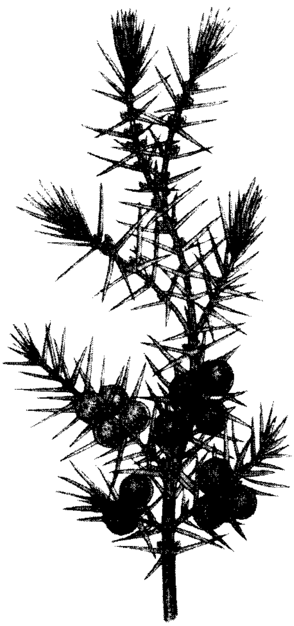
شرح: ارتفاع این درخت ممکن است به ۴۰ متربرسد، پوست آن درقسمتهای بالا قهوه‌ای مایل به‌قرمز است. سوزنهاء ۶ــ۴ سانتیمترطول دارد و به‌صورت زوج با سطح خارجی سبز وسطح داخلی آبی مایل به‌سبز است. دارای مخروطهای کوتاه وپولکهای سفت است. مزهٔ جوانه‌های آن رزینی وکمی تلخ است.

قسمت مورداستفاده: جوانه‌های بهارهٔ تازه‌رس وخشك شده.

Juniper

ارس، سرو کوهی

(*Juniperus communis* L., Cupressaceae), Juniper Berries.



شرح: درختچه یادرختانی تاارتفاع ۱۲ مترمعمولا به‌صورت درختچه دربریتانیا وجود دارد. برگهای سوزنی شکـل آن تیز وسفت به‌طول یك‌سانتیمتر وبه‌شکل فراهم دردسته‌های سه یابندرت چهارتایی است. گلهای آن زرد مایل به‌سبز بوده ونرومادهها برروی پایه‌های جداگانه قـرار دارد. میوهٔ آن فقط در سال سوم پس ازگل‌دادن رسیده وبه‌صورت حبه‌ای به قطر ۱۰ـ۶ میلی‌متر وبه‌رنگ آبی تاسیاه است ویك‌شکاف ستاره‌ای درنوك وسه‌دانه‌سخت دارد. مزه ایـن حبه‌ها رزینی و تقریباً شیرین است.

قسمت مورد استفاده: میوهٔ‌خشك، دربعضی مواقع چوب وجوانه‌های برگ مانند.

زیستگاه‌وگردآوری: بـرروی زمینهـای باطلاقی، خلنگ‌زارها و شیبهای خشك مناطق کوهستانی اروپـا می‌روید، در بریتانیا بیشتر درشمال می‌روید تـاجنوب. حبه‌های آن را با تکان‌دادن شاخه‌ها روی پارچه جمع‌آوری کرده‌ودرمکانهای کاملاتهویه شده‌خشك‌می‌کنند.

ایران: این گیاه درنواحی شمال ایران، آذربایجان وجنگل‌قره‌داغ می‌روید.درنواحی شمال ایران به‌این گیاه پیرووار بز گفته‌می‌شود.

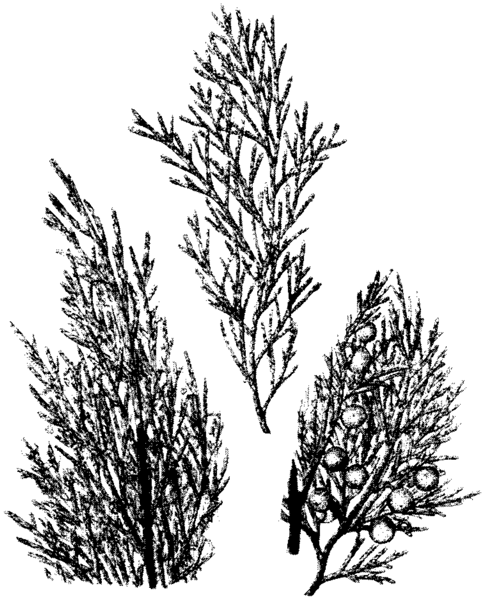
ترکیبات‌واثر: دارای‌اسانس فراراست. مدر بوده وتـرشح شیره‌های معده را تحریك می‌کند. مالش‌آن‌به‌همراه‌روغن‌برروی پوست سبب تحریك موضعی می‌شود. دانه‌هـای آن ازچوب‌یاجوانه آن فعال‌تراست.

مصرف: حبه‌های له‌شده، شاخه‌ها یاقطعات خرد شده چوب آن به‌صورت تیزان (نبایدآن را جوشاند) مدربوده ودر ناراحتیهای کلیه، مثانه وخیزعمومی (dropsy) ودرمان‌رماتیسم مصرف‌می‌شود. همچنین اشتهارا زیادکرده و یك تصفیه کننده (depurative) است، حبه‌های‌آن را می‌جوند (روزی ۶ـ۳ عدد) عرق سروکوهی (۲۰ـ۱۰ قطره روی یك حبه قند یادرآب) وعصارهٔ حبه‌های آن اثر یکسانـی دارد. تیزان آن همچنین به‌شکل لـوسیون و کمپرس برای زخمهایی که دیرالتیام می‌یابد مصرف می‌شود. ازعـرق این گیاه بصورت لینیمان برای درمان رماتیسم استفاده می‌شود.

Savin

ابهل، ریس

(*Juniperus sabina* L., Cupressaceae), Savin Tops.



شرح: درختچه‌ای کوتاه به قطر چند متر است. شاخه‌های جوان آن دارای برگهای سوزنی شکل است برگهای شاخه‌های قدیمی‌تر، فلس مانند و به‌ساقه چسبیده‌اند ودارو عمدتا از این شکل به‌دست می‌آید. گلها نامشخص وزرد مایل به‌سبز ومیوه‌های رسیده آن به‌صورت حبه‌های آبی رنگ است. بوی آن بویژه درروزهای گرم نامطبوع ونافذ ومزه آن تلخ است.

قسمت مورد استفاده: سرشاخه‌های جوان پر برگ.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه بومی مناطق آفتابی وصخره‌ای درکوهستانهای اروپای جنوبی است ودر بریتانیا نیزاغلب می‌روید. در تابستان یا پاییز جمع‌آوری شده ودرسایه خشك می‌شود.

ایران: این گیاه درجنگلهای نواحی شمالی ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: اسانس موجود درگیاه با مقادیرزیاد سمی است وبامقادیرکم نیزاین دارو خطرناك است زیراباعث احتقان شکمی وتحریك کلیه‌ها ومثانه می‌شود. با مقادیر سبب انقباض عضلات غیرارادی وتوهم (hallucination) شده وممکن است باعث مرگ شود.

مصرف: بندرت در طب انسانی مصرف می‌شود. دم کرده آن (یك قاشق چایخوری در نیم لیتر آب) گاهگاه دراختلالات قاعدگی مصرف می‌شود ولی به خاطر اثر سمی آن چنین درمانی توصیه نمی‌شود. در استعمال خارجی له‌شده گیاه تازه یاخشك را برای ازبین بردن زگیل به‌کار می‌برند. این گیاه تاحدوسیعی دردامپزشکی درمحلولها وگردهای تقویتی وغیره مصرف دارد.

Couchgrass

مرغ، بیدگاه

(*Agropyron repens* (L.) Beauv., Gramineae), Quick-grass, Twitch-grass.

شرح: گیاه علفی پایا وفراوانی است که دارای ریزومهای سفیدمایل به‌زرد به‌قطر ۳–۱ میلیمتر بادسته‌های باریك ریشه‌چه‌های کوچك است. ساقه آن همیشه عمودی ومعمولا بدون کرك است. رنگ برگها سبزروشن یامایل به کبود و به‌ندرت پهن‌تر از ۱۵ میلی‌متر است. گلهاومیوه‌ها بر روی یك‌محور زیگزاگ‌شکافدار ودرداخل یك‌غلاف‌مسطح‌وشل‌محصورشده‌است طعم ریزوم آن کمی شیرین است.

قسمت‌مورد استفاده: ریزوم خشك.

زیستگاه‌وگردآوری: در سراسراروپا و بوفور در بریتانیامی روید. درصحراهاومرغزارها ریشه کن کردن آن مشکل است دربهار (به هنگام کار درمزارع) یاپاییزجمع‌آوری شده وپس‌ازشستشوی‌دقیق ریزومها درسایه‌خشکانده می‌شود.

ایران: درغالب‌نقاط‌ایران ازجمله‌نواحی البرز، کرج، نواحی‌شمالی‌آذربایجان، حوالی تبریز، شرق ایران، خراسان و تفرش می‌روید.



ترکیبات‌واثر: تری تیسین (Triticin)، یك کربوهیدرات شبیه نشاسته، املاح پتاسیم، مقدارکمی اسانس با خواص آنتی بیوتیکی واحتمالا یك ساپونین ازترکیبات آن است. اثرآن کاملا شناخته شده نیست. به‌عنوان مدر و ضد عفونی کنندهٔ ادراری مصرف می‌شود.

مصرف: اساساً به‌شکل‌جوشاندهٔ ریزومهای خردشده (یک لیترآب سرد را روی ۲–۱ قاشق غذاخوری ریزوم خرد شده ریخته وده دقیقه می‌جوشانند وصبر می‌کنند تانیم ساعت دم بکشد. گاهی اوقات‌جوشانده را تبخیر می‌کنند تابه‌نصف حجم اولیه برسد اما این‌کار بعضی ازترکیبات فعال را از بین می‌برد). برای‌درمان‌التهاب‌کلیه ومثانه، بثورات پوستی وناراحتیهای‌رماتیسمی مصرف می‌شود.

Calamus اکسیر ترکی

(*Acorus calamus* L., Araceae), Sweet Flag, Sweet Sedge



شرح: گیاه تنومند و پایایی است که ریزومهای آن منشعب و به‌ضخامت ۳ سانتی‌متر وطول چندسیمتر است. درسطح پایین ریشه‌چه‌های متعدد و برروی سطح بالایی برگهای شمشیری شکل به‌طول یك‌متر و به‌پهنای ۱۵ میلی متر دارد. دارای گل آذین استوانه‌ای شکل به طول ۸ـ۴ سانتیمتر با گلهای بسیار کوچك و نامشخص مایل به‌سبز و به‌صورت مارپیچی قراردارند. دربالای گل آذین، محور به‌یك نقطه پربرگ منتهی می‌شود. درماههای خرداد و تیرمزهٔ آن قوی معطروکمی تلخ است.

قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك شده

زیستگاه وگردآوری: این گیاه بومی آسیای مرکزی است که دراروپای مرکزی‌هم یافت می‌شود. درسرتاسر بریتانیا در سواحل دریاچه‌هاورودخانه‌ها دیده می‌شود. ریزومهای آن‌رادر پاییزجمع آوری کرده، برش‌طولی داده ودرسایه می‌خشکانند.

ایران: درنقاط ایران از جمله بلوچستان گیلان ونواحی غربی می‌روید.

ترکیبات‌واثر: ریزوم آن حاوی اسانس فرار بامزهٔ گس ویك مادهٔ تلخ است که غدد بزاقی وگوارشی را بشدت تحریك کرده وبرای ازدیاد اشتها مصرف می‌شود. همچنین دارای یك اثر مسکن برروی سیستم اعصاب مرکزی است.

مصرف: معمولا به‌صورت دم کردهٔ قطعات کوچك ریزوم (یك قاشق غذاخوری آن را در یك لیترآب سردریخته و می‌جوشانند ومی گذارند تا بماند) درموارد فقدان اشتها وبندرت برای‌مصارف خارجی‌درزخمهایی‌که دیرالتیام می‌یابد مصرف می کنند. یکی از مواد متشکله مواد اشتهاآور است که‌به‌صورت لیکور (صدگرم از ریزوم خشك در ۵۰۰ میلی لیتر الکل و ۵۰۰ میلی لیتر آب ریخته وبه‌مدت یك هفته پیوسته تکان داده وسپس صاف می کنند.

Cuckoopint

گل‌شیپوری

(*Arum maculatum* L., Araceae), Arum, Lords and Ladies, Wake Robin.



شرح: گیاهی است پایا با پیاز بیضوی به اندازهٔ تقریبی یک دانه فندق که خارج آن قهوه‌ای وداخل آن سفید رنگ است. در بهار برگهای سه‌گوش به‌طول ۲۵ سانتیمتر پیدا می کند که‌قاعده‌ای با بریدگی عمیق‌دارد. گلهای آن در گل آذین‌است که در اسپاتی برگ مانند به‌طول ۱۵ سانتی‌مترقرار‌دارد که‌پایهٔ آن غلاف‌دار است و در انتها به‌نوک تیزی منتهی می‌شود. میوهٔ آن قرمز و دانه‌ای شکل است، درماههای فروردین‌وخرداد گل‌داده ومزه برگ وساقه آن گس است.

قسمت مورد استفاده: برگ خشك شده وگاهی تازه وپیاز خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه‌دراروپای مرکزی یافت می‌شود. در انگلستان وایرلند اغلب‌درجنگلها، زیرحصارها وغیره می‌روید. برگهای آن موقعی که گیاه درحال گل‌دادن است جمع آوری می‌شود وفوراً درسایه یا حرارت کمتر از ۴۰ درجه سانتی‌گراد خشك می‌شود.

ترکیبات‌واثر: اثرهای گیاه‌خشك‌شده‌وتازه بایکدیگرمتفاوت‌است. گیاه تازه‌درتمام‌قسمتها مادهٔ بسیار فعال ولی ناپایداری داردکه برای‌پوست ومخاطها محرك بوده وممکن‌است تاول‌ایجادکند. زبان به‌این گیاه بسیارحساس است ومتورم می‌شود. گیاه خشك یا پیازآن کمتر محرك است وبه‌عنوان خلط‌آور برای از بین بردن ترشحات مخاط دستگاه تنفس مصرف‌می‌شود. خود گیاه سمی‌است، به‌خصوص در کودکان که حبه‌های‌آن توجه آنهارا جلب می‌کند.

مصرف: گاهی گیاه‌جوان له‌شده رابرای قسمتهای‌دردناك‌در بیماری‌رماتیسم به‌کارمی‌برند ویا ممکن است عصارهٔ الکلی گیاه تازه را برروی این‌قسمتها مالید. ازدم کردهٔ گیاه خشك (۲–۱ قاشق غذا خوری آن‌را درنیم لیتر آب می‌جوشانند) برای از بین بردن‌التهاب مخاط برونشها وخیز عمومی مصرف می‌شود ولی اثر آن مورد تردید است.

White Hellebore

خربق سفید

(*Veratrum album* L., Liliaceae), White Veratrum.

قسمت مورد استفاده: ریشه وریزوم خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: در نواحی کوهستانی اروپای مرکزی و بوفور در اغلب نواحی مرطوب کوهستانها می‌روید ولی بومی بریتانیا نیست بهتر است در پاییز یعنی موقعی که گیاه درحال پژمرده شدن است و یا در بهار که رشد آن شروع می‌شود جمع آوری شود ریزوم وریشه آن را شسته، خرد کرده ودرسایه یا آفتاب می خشکانند.

ترکیبات و اثر: دارای چند آلکالوئید است که برای انسان ودام سمی است و سبب استفراغ وسقوط فشار خون می‌شود. مقادیر زیاد آن علایم پیچیده مسمومیت همراه با مالیخولیا، اسهال، گرفتگی عضلات، ناراحتیهای قلبی وغیره ایجاد می کند. گرد آن عطسه آوراست وبرای کك وشپش بسیار سمی است. فعالیت وسمیت برگهای آن درطول رشد گیاه بسیار متغیر است.



شرح: گیاهی است پایا به ارتفاع یك متر. دارای ریزومهای کوچك واستوانه‌ای به طول ۵-۳ سانتی‌متر که ریشه‌های متعدد به ضخامت ۲ میلی‌متر وطول ۲۰ سانتی‌متردارد. برگهای آن کاملا پهن وبیضی شکل است و ارتفاع آنها به ۲۵ سانتی‌متر می رسد وهرسه برگ متناوب برروی ساقه قراردارد (تفاوت باژانسین زرد که شبیه آن است). گلهای آن سفید مایل به سبز وبه پهنای یك سانتی‌متر است که به صورت خوشه‌های افشان در قسمت انتهایی محوراصلی ساقه مجتمع می گردد. درماههای تیر ومرداد گل داده وطعم آن تلخ نامطبوع است.

مصرف: بخاطر سمیت زیاد، خربق سفید باید تحت نظر پزشك یادامپزشك تجویز شود دردامپزشکی برای افزایش اشتهای گاو مصرف می‌شود.

Colchicum
مورنجان

(*Colchicum autumnale* L., Liliaceae), Meadow Saffron, Naked Ladies, Autumn Crocus.

پیازسگ، پیازحضرتی، گل‌حضرتی

شرح: در پاییز از کنارساقهٔ زیـرزمینی ۲۰ــ۱۰ سانتی‌متری این گیاه درزیرخاك گلهایی باشش گلبرگ ارغوانی و بندرت‌سفیدرنگ بالا می‌آیدودربهارآینده برگهای نیزه‌ای و گوشتدار آن بطول ۲۵سانتی‌متر بیرون می‌آید و به‌دنبال آن درماههای تیرومرداد میوه کپسولی شکل آن بادانه‌های زیاد می‌رسد. درهمین زمـان یك ساقه زیرزمینی جدید نیزایجاد می کند.

قسمت مورد استفاده: دانه‌وساقه‌زیرزمینی خشك شده.

زیستگاه‌وگردآوری: این گیاه درمرغزار‌های‌مرطوب‌اروپاو بریتانیامی‌روید. درماههای تیرومرداد دانه‌ها ازکپسولهای‌رسیده (قهوه‌ای رنگ) جمع آوری می‌شود. ساقهٔ زیرزمینی آن را در پاییز یا بهار کنده ودرسایه‌یا آفتاب می‌خشکانند.

ایران: این گیاه درایران نمی‌روید ولـی ۱۲ گونه‌ازآن درکشورمادیده‌شده‌که ازبعضی ازآنها به‌علت‌دارابودن‌مواد مؤثره‌استفاده‌های درمانی مخصوصاً درطب عوام می‌شود.

ترکیبات‌واثر: تمام قسمتهای گیاه حاوی چند آلکالوپید سمی است که مهم‌ترین آنها کلشیسین است ایـن دارو بـامقادیرکم نقرس را تسکین می‌دهد ولـی با مقادیر زیاد اسهال ایجاد می کندوبامقادیربیشتر ممکن است سبب مرگ شود برای گاو نیزسمی است (ایجـاد اسهال).



مصرف: به‌خاطر سمیت شدیـد باید فقط تحت نظرپزشك مصرف‌شود. این‌دارو اساساً دردرمان نقرس به‌کارمی‌رود.

Lily-of-the-Valley

گل برف ، گل موگت

(*Convallaria majalis* L., Liliaceae), Convallaria, May Lily.



شرح: گیاهی است پایا به‌ارتفاع ۲۰–۱۰ سانتی‌متر که درسال دوبرگ بیضوی دمبرگ دار و یك دمگل بی‌برگ دارای ۱۰–۵ گل سفید زنگوله‌مانند وخوشبو ایجاد می کند. بین ماههای اردیبهشت وتیر گل می‌دهد میوهٔ آن گردوقرمز روشن وحاوی ۶–۲ دانه است.

قسمت مورد استفاده: به‌طور عمده از گلها و گاهی از قسمتهای هوایی آن استفاده می‌شود.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه تا حد وسیعی دراروپا درجنگلها وروی خاکهای مرطوب و خاکهای آهکی می‌روید دربعضی مناطق بوفور یافت می‌شود ودرمناطقی دیگر اصلا یافت نمی‌شود. بومی انگلستان است وموقعی که گل دارد جمع آوری شده ودر کمتر از ۶۰ درجه سانتی گراد خشك می‌شود.

ترکیبات و اثر: تمام قسمتهای هوایی آن دارای گلیکوزیدهای بسیار فعال شبیه گلیکوزیدهای گل انگشتانه است. گلهای آن کمتر از برگها عوارض جانبی (تهوع، اسهال) ایجاد می کند بامقادیر دارویی گلیکوزیدهای آن کار قلب را تقویت وتنظیم می کند ودر موارد خیزعمومی به‌دفع ادرار کمك می کند. تمام قسمتهای گیاه بسیار سمی است.

مصرف: تنتور و گلیکوزیدهای گل برف فقط باید تحت نظر پزشك برای درمان بیماریهای قلبی وخیز عمومی مصرف می‌شود.

Garlic

سیر

(*Allium sativum* L., Liliaceae).

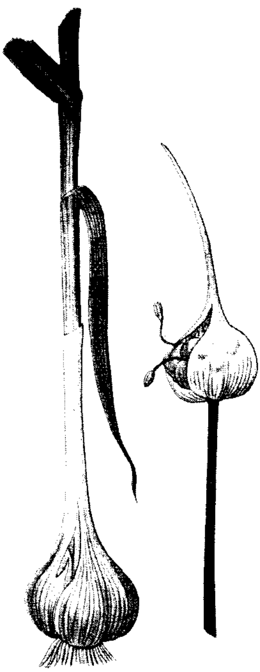
شرح: سیر گیاهی است پایا با یک پیاز مرکب حاوی چند بولب کوچك که دریك غشاء مشترك قرار دارند. برگهای آن عمودی ومحکم باحاشیه‌های زبر به‌طول ۱۵ سانتی‌متر وعرض یك‌سانتی‌متر است. ساقه بدون شاخه آن دارای یك‌چترانتهایی ازگلهای سفیدمایل به‌سبز است.

قسمت مورد استفاده: پیاز تازه وبندرت خشك شده.

زیستگاه وکشت: منشاء سیرازشرق است وبه میزان وسیعی کشت داده می‌شود. درماه فروردین هریك ازپیازهای کوچك سیررا در خاك کاملا خشك به‌فاصله ۲۰–۱۵ سانتی متر می‌کارند و بین‌ماههای تیر ومردادکه برگها پژمرده می‌شود جمع آوری می گردد.

ایران: درنواحی‌مختلف مخصوصاً‌شمال ایران پرورش این گیاه زیاد است.

ترکیبات‌واثر: سیر خردشده‌حاوی‌اسانس گوگرد داری بابوی تند است وبرای‌دستگاه گوارشی خاصیت‌آنتی‌بیوتیکی(ضد میکربی) دارد. اسانس فرار آن در تمام بدن پراکنده شده واز راه ریه و پوست دفع می‌شود. یك محرك پوستی است وبه‌عنوان خلط آور در التهاب مخاط برونشها مصرف می‌شود. سیر یك داروی ضدکرم ضعیف است وبرای‌درمان بیماری تصلب شرایین به‌کار می‌رود ولی اثر پایین‌آورندگی‌فشارخون‌آن‌احتمالاجزیی‌است.



مصرف: به‌خاطر بوی نامطبوع آن بهتر است به‌صورت کاملا خرد شده در شیر برای درمان افزایش فشار خون، تصلب شرایین، ناراحتیهای گوارشی (اسهال، اتساع روده) و التهاب مخاط برونشها خورده شود.

Ramsons

والك

(*Allium ursinum* L., Liliaceae), Broad-leaved Garlic, Wild Garlic.

سیر خرس، سیر جنگلی

زیستگاه و گردآوری: به‌صورت کلنی در محلهای مرطوب و سایه‌ای جنگلها و بیشه‌ها می‌روید ولی درمحلهای خشك نمی‌روید. در سر تاسر اروپای مرکزی وجنوبی و در بعضی نقاط بریتانیا بوفور یافت می‌شود. گیاه تازه را می‌توان‌درتابستان وپاییز جمع آوری کرد. برای خشك‌کردن گیاه، باید آن را هنگامی که گل دارد جمع آوری کرده وهرچه‌سریع‌تر در حرارت کمتر از ۴۰ درجه سانتی گراد خشکاند.

ایران: والك درمنطقه وسیعی از ایران خصوصاً در نواحی کوهستانی البرز، دربند، لشکرك، شهرستانك، فشم، آذربایجان،رضاییه، بعضی نواحی گیلان واراك می‌روید.

ترکیبات واثر: اسانس فرار گیاه تازه والك حاوی ترکیبات گوگردی است. مصرف آن شبیه سیراست به‌خصوص به‌عنوان یك ضد عفونی کننده روده‌ای ترشح صفرا را تحریك می کند. با انبساط ملایم عروق خونی سبب کاهش فشار خون می‌شود (این اثر ضعیف است). اگر برروی پوست مالیده شود سبب قرمزشدن پوست می‌شود.

مصرف: ازطریق خوراکی بهترین‌مصرف آن به‌صورت سالاد است. دم کرده آن‌کمتر مؤثر بوده و بندرت از آن استفاده می‌شود. اساساً به‌عنوان یك‌شستشودهنده برای ناراحتی‌های فصل بهار مصرف می‌شود. از این گیاه برای درمان بیماری افزایش فشار خون (تصلب شرائین)، اسهال واتساع روده‌استفاده می‌شود، ازطریق خارجی برگهای‌له شدهٔ آن را می‌توان برای از بین بردن آبسه وکورك به‌کار برد.



شرح: گیاهی‌است پایا به‌ارتفاع ۵۰–۲۵ سانتی‌متر با پیاز کشیده برنگ سفید مایل به زرد و دو یا سه برگ بیضوی نوك‌تیز. ساقهٔ ضخیم وگلدارآن‌کم وبیش سه‌وجهی است و درانتها به‌چتری شامل ۲۵–۱۵ گل هریك به‌پهنای ۱/۵ سانتیمتر با شش گلبرگ سفید یا صورتی ختم می‌شود. در ماههای فروردین تا خرداد گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: معمولا از گیاه جوان وبندرت از گیاه خشك شده یا عصارهٔ آن استفاده می‌شود.

Black Bryony

(*Tamus communis* L., Dioscoreaceae),
Blackeye Root.

تمیس

بامبلی بوزو (کردستان)، رزك (لاهیجان)

شرح: تمیس گیاهی پایا، بالارونده به ارتفاع ۳–۱٫۵ متر ودارای ساقهٔ کاملا پیچیده است. ریشه آن گوشت‌دار، غده‌ای، منقسم و به‌درازای ۳۰ سانتی‌متر و ضخامت ۱۰–۲ سانتی‌متر وداخل آن موسیلاژی است. دارای برگهای براق، نوك‌تیز و قلبی‌شکل است. گلهای آن نامشخص، به‌رنگ سبز روشن و خوشه‌ای است. میوه این گیاه به‌صورت ستهٔ قرمز است.

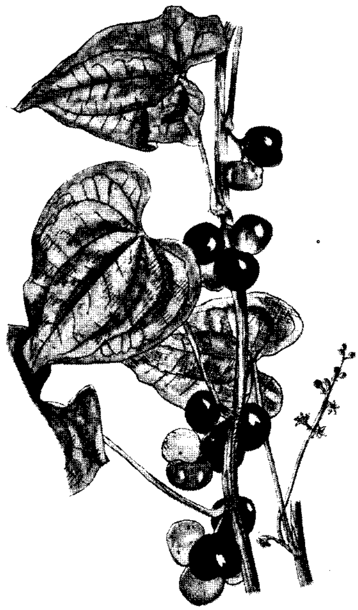
قسمت مورد استفاده: ریشه‌های تازه یا خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: در محیطهای گرم برروی خاکهای آهکی درپرچین ها و گوشه جنگلها می‌روید. درانگلستان بسیارمعمول است ودرفصل تابستان و پائیز جمع آوری می‌شود.

ایران: این گیاه درنواحی شمالی ایران، گیلان، آستارا، مغرب،جنگلهای نواحی‌خشك کردستان وخوزستان می‌روید.

ترکیبات واثر: ریشه‌های این گیاه حاوی ماده‌ای شبیه هیستامین است که شدیداً محرك پوست است مقدار ناچیزی هم‌ازیك آلکالویید دارد. اگرقطعه‌ای ازریشه‌آن روی‌پوست‌قرار گیرد، بویژه اگر بنرمی روی پوست مالیده شود بشدت جریان خون را تحریك می کند. گیاهی سمی است ومواردی ازمرگ کودکان در اثر خوردن حبه‌های قرمز آن پیش آمده است.

توجه: در اثرتماس باریشه تازه این گیاه



آلرژیهای پوستی همراه با تاول در بعضی اشخاص دیده شده است.

مصرف: در موارد خونریزی ودردهای رماتیسمی لایه‌هایی ازریشه تازه یاخشك شده ونیز کمپرس عصاره آبکی یا الکلی آن‌ازطریق خارجی به‌کار می‌رود. گیاه تازهٔ‌آن خیلی بیش ازهنگامی که خشك می‌شود فعال است وممکن است برروی پوست تاول ایجادکند.

Willow

بید

(*Salix alba* L., *Salix fragilis* L., and other species, Salicaceae), Common Willow, White Willow.

قسمت مورد استفاده : پوسـت خشـك شاخه‌های ۵-۲ساله وبندرت برگهای خشك.

زیستگاه وگردآوری : این گیاه معمولا درکنار نهرها ورودخانه‌ها می‌روید وبه‌مقدار زیاد نیز کاشته می‌شود. در انگلستان نیزمی‌روید، پوست‌آن را دربهار موقعی که گیاه‌رشد خود را شروع می کند جمع‌آوری می کنند و بسرعت درسایه یا نورآفتاب می‌خشکانند.

ایران: درخت بید در نـواحی مختلف البرز، کرج، گچسر، نواحـی شمالـی مانند لاهیجان، دره چالـوس، بابـل، آذربایجان، جنوب وغیره می‌روید.

ترکیبات واثر : ۱ـ سالیسین، مـاده‌ای است حاوی آلدییدسالیسیلیك(اسیدسالیسیلیك از Salix نام لاتین بید مشتق می‌شود). ۲ـ تانن. ۳ـ ترکیباتی با اثرضد میکربی‌ضعیف اثرآنتی‌سپتیکـی (ضـد عفونی کننده) دارد، حرارت بـدن را کاهش می‌دهد و دردهـای رماتیسمی را تسکین می بخشد به‌خاطر داشتن تانن به‌عنوان یك داروی ضد اسهال مصرف می‌شود.

مصرف: از طریق داخلی به‌صورت گرد (یك قاشق چایخوری ۳-۲ مـرتبه در روز) یاتیزان (۳-۲ قاشق غذاخوری گـرد در یك لیترآب) برای‌روماتیسم وسرماخوردگی‌مصرف می‌شود. برای این منظور داروهای سنتتیك تاحد زیادی جایگزین پوست بیدشده است. ازطریق‌خارجی جوشانده‌آن را (۵۰ گرم‌گرد درنیم لیترآب) برروی زخمها می‌مالند.



شرح: پوست گـونه‌های بومـی مختلف بید در طب مصرف می‌شود، به‌شکل درختچه و بندرت درخت هستند، گلهای یك جنسی آن کاملا به‌صورت آرایش دمگربه‌ای است‌که بعضی گونه‌ها پیش از برگها یا در گونه‌های دیگر دریك محل‌همراه برگهاقرار گرفته است. برگها درگونه‌هایی که مصرف طبی دارد باریك ونیزه‌ای است، طعم‌آن تلخ وقابض است.

Walnut

گردو

(*Juglans regia* L., Juglandaceae)

شرح: درخت گردو تا ۳۰ متر ارتفاع داشته وبندرت به‌صورت درختچه است. طول برگهای آن ۴۰ سانتی‌متر است با ۱۱–۷ برگچه تك شانه‌ای به‌طول ۱۵ سانتی‌متر با رگبرگهایی که در سطح زیرین برگ بسیار مشخص‌اند. گلهای آن یك جنسی و گلهای نر با آرایش دم‌گربه‌ای معلق وگلهای ماده بطور نامشخص در دسته‌های ۵–۲ تایی در نـوك شاخه قرار دارد. میوه آن دارای پوسته گوشتدار وضخیم است. برگ و میوه آن دارای بوی خوش ومزه تلخ است.

قسمت مورد استفاده: برگچه‌های خشك وپوستهٔ میوهٔ تازه.

زیستگاه وگردآوری: گـردو به‌طـور معمول در بریتانیا و سراسر اروپا کاشته می‌شود. برگهای آن را دراوایل تابستان (پیش ازتیرماه) جمع‌آوری کرده وسریعاً درسایه در حرارتی کمتر از ۴۰ درجه سانتی گراد می‌خشکانند (خشکاندن آهسته سبب می‌شود گیاه به‌رنگ قهوه‌ای مایل به‌سیاه درآید) و پوستهٔ میوه را ازمیوه‌های رسیده جدا می‌کنند.

ایران: درنواحی شمالی ایران، جنگلهای آستارا، طوالش، دیلمان، رودبار، گل‌داغ، بندرگز وقصرشیرین می‌رویند.

ترکیبات واثر: تانن، مقدارکمی اسانس فرار، Juglone (کـه در بیماریهای قارچی مؤثراست)، Hydrojuglone وترکیبات کمتر شناخته شده دیگری دارد. پـوستـهٔ میوه سرشار از ویتامین C است. به عنوان ضد التهاب برروی مخاطها ونیز به‌عنوان یك



تقویت‌کنندهٔ عمومی مصرف می‌شود.

مصرف: برگ گردو اساساً به‌صورت تیزان (یك‌مشت برگ آن را دریك لیتر آب ریخته و می‌گذارند تا بماند) برای ازبین‌بردن چرك و بثورات جلدی خورده می‌شود. بندرت تیزان آن (۵۰ گرم برگ در یك لیتر آب) برروی این بثورات مالیده می‌شود. اثر ضدکرم آن مورد تردید است ولی اثرضعیفی درمرض قند دارد. تهیهٔ فرآورده‌های فعال آن ازپوستهٔ میوهٔ پیچیده است و باید تـوسط داروساز انجام گیرد.

Birch

غان

(*Betula pendula* Roth, Betulaceae), Bouleau, Common Birch, European Birch, White Birch.

توس



شرح: درختی است به‌ارتفاع ۳۰متر با پوست سفید و لکه‌های سیاه، شاخه‌های آن اغلب معلق است و شاخه‌های جوان دارای غده‌های فلس‌دار رزینی خشن و کوچك است ولی کرك ندارد (در بعضی گونه‌های وابسته شاخه‌ها کرکدار و بدون فلس است). برگهای آن کم و بیش مثلثی‌شکل، و زوایای قاعدهٔ آن کمی گرد (اختلاف با گونه‌های وابسته) و به‌طول ۷ـ۴سانتی‌متر با حاشیه‌های دندانه‌ای است. مزه برگ آن تلخ و کمی خوشبو است.

قسمت مورد استفاده: برگهای تازهٔ خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: بوفور دراروپای شمالی ومرکزی و در مناطق کوهستانی اروپا یافت می‌شود. دربیشه‌ها و جنگلهای انگلستان فراوان است. برگهای آن را دراوایل تابستان حداکثر ۲ـ۱ ماه پس از بازشدن جمع‌آوری کرده در سایه در حرارتی کمتر از ۴۰ درجه سانتی گراد می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: غان دارای اسانس‌فرار، رزین، یك ساپونین و یـك فلاونوئید است. بعنوان مدری که کلیه را تحریك نمی‌کند از آن استفاده می‌شود. اثر ضد عفونی‌کنندگی ملایمی دارد.

مصرف: ازطریـق خوراکی به‌صـورت تیزان (یك لیتر آب‌جوش را برروی ۲ـ۱ قاشق غذاخوری برگ خـرد شده آن را ریخته و بگذارید بماند. افزودن یك گرم بیکربنات سدیم اثرتیزان را افزایش می‌دهد) برای‌تمام اشکال نارساییهای دفـع ادرار بخصوص در خیزعمومی مصرف می‌شود. همچنین‌در درمان رماتیسم و عفونتهای دستگاه ادراری از آن استفاده می‌شود.

Oak

بلوط

(Quercus robur L.=Common Oak, *Quercus petraea* (Mattuschka) Liebl =Sessile Oak, Fagaceae), Tanners Bark.

بلوط دم‌دار

شرح: درخت بلوط تا ۴۰ متر ارتفاع دارد. پوست تازه آن نرم است و با افزایش سن گیاه شکافهایی در آن بوجود می‌آید. در نوع Q. robur پایه برگها ۱ سانتی‌متراست ومیوه‌ها برروی یك ساقهٔ بلند به‌صورت سنبله قراردارد،حال‌آنکه درQ. petraea طول پایهٔ برگها ۱ سانتی‌متریا بیشتر بوده و میوه‌ها در دسته‌های ۳ـ۲تایی برروی ساقه خیلی کوتاه قراردارد.

قسمت مورد استفاده: بطورعمده‌از پوست نرم شاخه‌های جوان ۱۰ـ۵ساله وبندرت نیز ازبرگهای خشك یـا میوه‌های خشك و برشته آن استفاده می‌شود. پوست کهنه و شکافدار این گیاه فعالیت خیلی کمی دارد.

زیستگاه وگردآوری: هردوگونه‌و گیاهان حدفاصل آنها درسراسر اروپا یافت می‌شود. به‌طور معمول یکی از گیاهان زیبای بریتانیا است‌که درخاك رس بهتر می‌روید ولی بلوط سسیل (Sessil) برروی خاکهای سیلیسی و اسیدی بیشتریافت می‌شود. پوست آن‌را باید درماه اردیبهشت از شاخه‌ها جداکـرد و در سایه یادرآفتاب همراه باجریان هوا یاهوای گرم بـا دمای ۶۰ـ۵۰ درجه سانتی‌گـراد خشکانند.

ایران: نمونه‌هـای متعددی از درختان بلوط در جنگلهای ایران پراکندگی دارد که به‌نام عمومی بلوط یا درخت مارو نامیده می‌شود.

ترکیبات واثر: پوست، برگ و میـوه بلوط حاوی تانن است کـه دارای خاصیت



ضد التهابی بـررو‌ی مخاطهاست و به‌عنوان ترکیبات قابض در اسهال و دیسانتری حـاد استفاده می‌شود.

مصرف: به‌طور خوراکی به‌صورت‌تیزان یاگرد (یك‌نوك چاقو روزی ۵ـ۴بار) برای اسهال مصرف می‌شود (کم). ازطریق‌خارجی جوشانده (۱۰۰ـ۵۰ گرم پوست خرد شدهٔ‌آن را به‌مدت ده‌دقیقه دریك‌لیترآب‌می‌جوشانند) آن را به‌شکل غرغره یا دهان‌شویه برای گلو درد، شستشوی مهبل در لوکوره (ترشح مایع سفیدرنگ چسبناك ازمهبل) وبه‌شکل مالیدنی در سوختگیها، سرمازدگیها و بواسیر مصرف می‌شود.

نارون قرمز

اوجا، گل پردار

Elm

(Ulmus procera Salisb. =*U. campestris* auct. angl., English Elm and *Ulmus glabra* Huds. which includes *U. scabra* Mill., Wych Elm, Ulmaceae), Common Elm.



شرح: درخت بزرگی است به‌طول ۴۰ متربا برگهای بیضوی یا تخم مرغی خشن با پهنك غیرمتقارن که حاشیهٔ آنها دندانه‌داراست دوگونه فوق را بسختی می‌توان از یکدیگر تشخیص داد. برگهای گونه نارون قرمزدارای دمبرگ ودرقسمت بالا نرم است وشاخه‌های جوان کرکدار است درحالیکه برگهای نارون کوهی دمبرگ بسیارکوتاهی داردودرقسمت بالاخیلی خشن است وترکه‌های آن کرکهای زبری دارد که بعداً نرم می‌شود. پوست خاکستری تیره‌رنگ آن نرم است ولی درطول خود خطدار می‌شود.

قسمت مورد استفاده: ازپوست تازهٔ خشك شدهٔ آن استفاده می‌شود ولی پوست کهنهٔ آن با چوب پنبه شکافدار عملا ترکیبات مؤثری ندارد. درسایه یا آفتاب آن را می‌خشکانند.

زیستگاه و گردآوری: هردو گونه آن بومی انگلستان است نوع نارون قرمز در سراسر انگلستان بویژه درجنوب درپرچین‌ها وکنار مزارع یافت می‌شود ولی نوع نارون کوهی بیشتر درغرب و شمال پراکنده است. پوست آن‌رادربهارپیش‌ازدرآمدن برگها جمع‌آوری می‌کنند.

ایران: این گیاه در نواحی مختلف البرز اطراف تهران. جنگلهای بین رشت وتهران، آذربایجان، خراسان، مغرب‌ایران و نواحی مختلف دیگریافت می‌شود.

ترکیبات واثر: پوست این درخت‌حاوی موسیلاژ وتانن فراوان است. دارای‌اثرقابض وضدالتهابی (بخاطراثرتانن) برروی مخاطها است. بعلاوه‌موسیلاژ آن مخاطها راازتحریکات خارجی محافظت می‌کند.

مصرف: ازطریق خوراکی به‌شکل تیزان (یك‌مشت‌ازپوست‌کاملا خردشده یاگرددرشت آنرا دریك لیتر آب‌جوش دم می‌کنند) یا به شکل گرد (روزی ۴–۳بار ۵–۲گرم‌درمقدار کمی‌آب) برای درمان‌اسهال مصرف‌می‌شود، از طریق خارجی از دم‌کرده آن (۱۰۰–۳۰ گرم در یك لیتر آب) به‌شکل مالیدنی در التهابات، بواسیرها و به‌عنوان دهان‌شویه و غرغره استفاده می‌شود.

Hops

رازك

(*Humulus lupulus* L., Moraceae).



شرح: رازك گیاهی است دو پایه و بالا رونده که بلندی آن تا ۶ متر می‌رسد و تنها از گیاه مادهٔ آن برای مصارف دارویی ودر آبجو سازی استفاده می‌شود. دارای ساقه‌های باریك به‌رنگ سبز تیره، خشن و برگهای سه‌لوبی است. گلهای نوع ماده آن نامشخص و متمایل به‌سبز است که با برگه‌های سبز مایل به‌زرد با تارهای غده‌ای مایـل به‌قهوه‌ای پوشیده شده است. برگه‌ها و گلهای آن یك گل آذین مخروطی به‌قطر ۲ـ۱ سانتی‌متر تشکیل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ۱ـ گل آذین که قبل از رسیدن کامل جمع آوری می‌شود
۲ـ تارهای غده‌ای (ترشحی) قهوه‌ای جدا شده از برگه‌ها.

زیستگاه وکشت: رازك وحشی در کنـار حصارها و بیشه‌های اروپا یافت می‌شود و در انگلستان فراوان است کشت آن به‌وسیلهٔ کاشتن قلمه‌های سال قبل انجام می‌شود. رازکهای انگلیسی از کیفیت بالایی برخوردار بوده و بیشتر درجنوب‌شرقی انگلستان (کنت) کشت داده می‌شود. در اواخر تابستان جمع آوری می‌شود (ممکن است درکسانی که آن‌راجمع آوری می‌کنند باعث تنگی نفس، اختلالات سبی، تب وتعریق شود).

ایران: رازك در گرگان، کنار دریای‌خزر وبندرگز می‌روید.

ترکیبات واثر: ترکیبات آن بخـوبی شناخته نشـده است. دارای اسانس فـرار، رزین، اسیدهای تلخ‌است‌وازآن درناراحتی‌های عصبی‌استفاده میشود. مواد تلخ واسانس فرار آن‌دستهارا تحریك کرده‌واثر آنتی بیوتیکی ضعیفی دارد. ترکیبات آن سیکل قاعدگی را منظم می‌کند فعالیت دارو باافزایش سن گیاه به‌سرعت کاهش می‌یابد.

مصرف: درگرد گل‌آذین مخروطی شکل آن (یك نوك چاقو روزی ۳ـ۱ بـار بویژه هنگام خواب) برای تقویت اعصاب و کم‌خوابیهای خفیف وخیلی بندرت از تیزان آن (۱۰ گرم درنیم لیتر آب) استفاده می‌شود.

Nettle
گزنه

(*Urtica dioica* L=Stinging nettle, *Urtica urens* L.=Small nettle, Urticaceae).



شرح: هردو گونه این گیاه شبیه یکدیگر است، گزنه دوپایه گیاهی است پایا (باریزوم) وبرگهای پهن که ارتفاع ساقهٔ آن به ۱٫۵ متر می‌رسد. برگهای کوچکتر آن از دم برگش درازتر است. گزنه صغیر گیاهی است یکساله، نرومادهکه ارتفاع ساقهٔ آن به ۶۰ سانتی‌متر می‌رسد وبرگهایش کوچك است ولی برگهای پایینی آن ازدمبرگشان کوتاهتراند.

قسمت مورد استفاده: ۱ـ تمام قسمتهای گیاه جوان، ۲ـ شیره بدست آمده ازگیاه جوان ۳ـ برگ خشك شده ۴ـ ریشه وریزوم خشك شده

زیستگاه و گردآوری: گزنه دوپایه بوفور و به‌طور معمول در سراسر بریتانیا درکنار حصارها، جنگلها، مرغزارهاونزدیك ساختمانها یافت می‌شود، اما در بریتانیا گزنه صغیر در کشتزارها و در مکانهای بایر، بیشتر است. برگهای آن را ازگیاهان ۵۰ـ۳۰ سانتی‌متری جمع آوری کرده و درسایه درحرارت حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد می‌خشکانند.

ایران: گزنه در نواحی مرطوب غالب نقاط ایران، بویژه مناطق شمالی وکرانه خزر می‌روید.

ترکیبات واثر: در این مورد اطلاعات کمی وجود دارد. مقدار زیادی کلروفیل داشته وسم سوزاننده تارهای آن اثردارویی کمی دارد.

این سم حاوی هیستامین و مواد دیگری است. از گیاه تازه آن به‌عنوان مقوی، مدر، خونساز وکاهش‌دهندهٔ غلظت قندخون استفاده می‌کنند. ریشه وبرگ خشك آن نیز اثر مدر خفیف دارد.

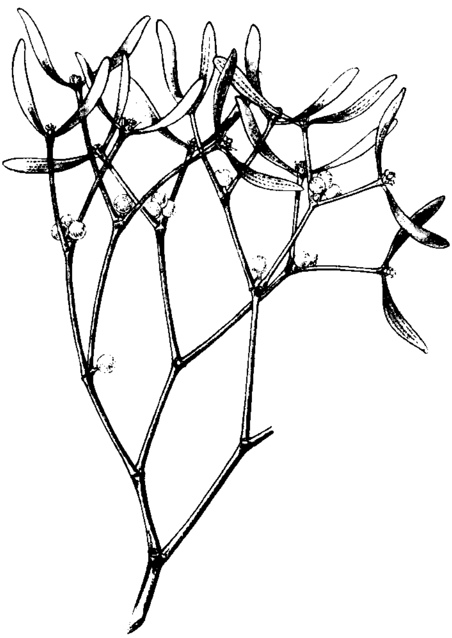
مصرف: گیاه تازه‌گزنه‌که به‌صورت سالاد یا سبزی خورده می‌شود به‌عنوانِ یك تونیك (تقویت کننده)، محرك روده یا ترشح ادرار (درخیزعمومیٓ) ونیزمقوی‌درمرض‌قند(دیابت) وکم‌خونی مصرف می‌شود. از طریق خارجی در رماتیسم استفاده می‌شود. درمورد اثر آن به‌عنوان تقویت‌کنندهٔ مو هیچگونه تأییدی در دست نیست.

Mistletoe

دارواش

(*Viscum album* L., Loranthaceae), Birdlime Mistletoe.

واش، بورگ آغاجی



شرح: دارواش انگـل سبزی است درازای ۹۰ـ۳۰ سانتی‌متر که برروی شاخه‌های بسیاری از گیاهان برگ‌ریز بویژه‌سیب، لیموترش و بندرت برروی بلوط یـا گیاهان همیشه سبز و مخروطیان بسر می‌بـرد. ریشه دارواش به‌داخل چوب درخت میزبان نفـوذ کرده وازآن مواد غذایی‌کانی وآب‌می‌مکد.

قسمت مورداستفاده: شاخه‌های پربرگ جوان یا خشك شده.

زیستگاه‌وگردآوری: به‌طـور معمول در جنوب وغرب انگلستان وبندرت درشمال آن یافت‌می‌شود ودراسکاتلندوایرلندد یده‌نمی‌شود. درطول‌سال‌ومعمولادرفصل‌پاییزجمع آوری‌شده و در حرارت حداکثر ۴۵ درجه سانتی‌گراد خشکانده می‌شود.

ایران: درغالب جنگلها و کوهستانهای ایران‌مخصوصاً مازندران، بندرگزوکهرسنگ برروی درختان مشاهده می‌شود.

ترکیبات‌واثر: ترکیبات آن‌کمتر شناخته شده ولـی دارای آلبومینهای بسیار حساس نسبت به‌حـرارت به‌نـام ویسکوتوکسین و مشتقات‌کولین است. یك پایین‌آورندهٔ خفیف فشار خون و تونیك است. اگر بطور مستقیم برروی توموریا داخل‌آن مالیده شـود ممکن است ازرشد تومورجلوگیری کند. درموزداثر قلبی‌آن جای بحث وجوددارد.

مصرف: دارواش اساساً دردرمان‌افزایش فشارخون بخصوص بصورت تازه یاداروهای اختصاصی موجود مورداستفاده قرارمی‌گیرد. ازاین‌گیاه نباید دردرمان تومورها مگرتحت نظر پزشك استفاده شود. ماده عامل این خاصیت نیز به‌وسیلهٔ روده جذب نمی‌شود.

Monk's Rhubarb

ترشك

(*Rumex alpinus* L., Polygonaceae), Garden Patience.

باتراکم کمتری دارد و کمی سرخ رنگ است.

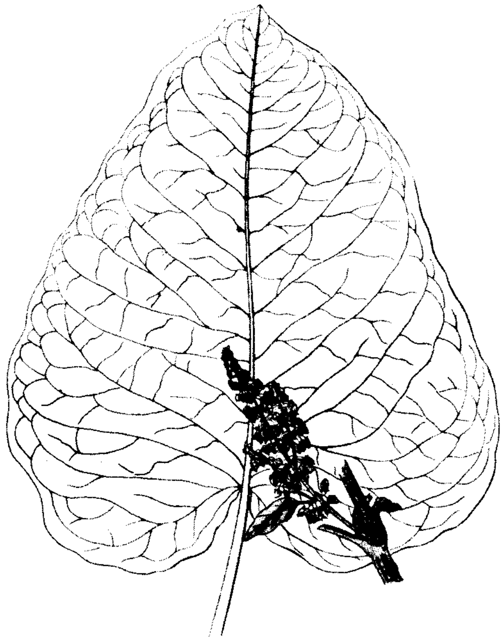
قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك‌شده.

زیستگاه و گردآوری: در مناطق کوهستانی شمال انگلستان دیده می‌شود. در سراسر مناطق کوهستانی اروپای مرکزی و جنوبی غالباً به‌مقدار زیاد درنزدیکی ساختمانها می‌روید. ریزوم آنرا درپائیز گردآوری کرده خوب می‌شویند سپس ریشه‌های بزرگتر را برش طولی داده ودرآفتاب می‌خشکانند.

ایران: این گیاه درنواحی غربی ایران، زراب، قصرشیرین در ارتفاع ۱۷۰۰ متری می‌روید.

ترکیبات واثر: مواد مسهل آن شبیه روبارب دارویی یاسنااست(مشتقات آنتراکینون) مقدار کمی نیزتانن دارد.

مصرف: به عنوان ملین به‌جای روبارب، سنا یاسنجد تلخ مصرف می‌شود. معمولاً گرد آن را (۱–۴ نوك چاقو ، دوبار درروز) و بندرت به شکل تیزان (یك قاشق مرباخوری گرد آن را در دو فنجان آب دم می‌کنند) می‌خورند.



شرح: گیاه بزرگ وپایایی است با ریزوم ضخیم منشعب که سطح داخلی‌آن زرد‌رنگ است. بسرگهای‌آن بشکل قلب به‌طول ۵۰ سانتی متر و عرض ۲۰ سانتی متر با دمبرگهای درازاست. ساقه‌آن تایك متر طول دارد وگلهای کوچك سبزتازرد رنگی به‌شکل خوشه‌های‌افشان ومتراکم روی‌آن قراردارد. گاهی گونه‌Rumex.obtusifoliusنیز ترشك نامیده می‌شود. این دوگیاه شبیه هم‌اند ولی گلهای R. obtusifolius خوشه‌های افشان

Knotgrass

علف هفت بند

(*Polygonum aviculare* L., Polygonaceae), Knotweed, Centinode.



شرح: گیاهی است یکساله که برحسب زیستگاه انواع مختلفی دارد. در محلهای مرطوب پاجوشهای آن ضعیف است و می پیچد و بالا می‌رود. نوع پرورش یافته آن قوی است. ارتفاع آن تا ۴۰ سانتی متر می‌رسد. ساقه‌های آن منشعب، دارای برگهای یك در میان است که یا باریك ومشخص ویا پهن بیضوی با نوك گرد به‌طول ۰/۵ــ۳ سانتی‌متر است. گلهای آن نامشخص و به‌طول ۲ــ۳ میلی‌متر است. جامهای قیفی شکل آن سفید، مایل به سبز یا صورتی است. در بین ماههای خرداد تا شهریور گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: به مقدار زیاد درسراسر دنیا پراکنده است. معمولا در بریتانیا در کنار جاده‌ها ومحلهای مرطوب می‌روید. در موقعی که گل دارد آن را گردآوری می کنند و درسایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ایران: در نواحی غربی ایران، تخت سلیمان، بین همدان و تبریز، نواحی مرطوب و کوهستانی الوند وکوهسهند می‌روید.

ترکیبات واثر: دارای تانن و اسید سیلیسیك است واثرقابض دارد و به‌عنوان یك داروی ضد اسهال (اثرتانن) مصرف می‌شود. به خاطر داشتن اسید سیلیسیك، این ترکیب ممکن است یك اثرتقویت‌کننده روی بافتهای ریه داشته باشد ودردرمان سل ریوی مصرف شود (این اثرهنوزمورد تردید است).

مصرف: به‌شکل تیزان (نیم لیتر آب سرد را روی ۳ــ۴ قاشق غذاخوری گیاه خرد شدهٔ نرم می‌ریزند تا بجوشد) برای درمان اسهال مصرف می‌شود. ازگرد گیاه نیز استفاده می‌شود (یك قاشق مرباخوری گرد در نصف لیوان آب، سه مرتبه درروز).

Smartweed

(*Polygonum hydropiper* L., Polygonaceae), Water Pepper, Biting Persicaria.



شرح: گیاهی است یکساله به‌ارتفاع ۱۰۰-۳۰ سانتی‌متر و دارای ساقه‌های منشعب که اغلب به‌گره‌های قرمز ومتورم منتهی می‌شود. برگهای آن کم و بیش نیزه‌ای، بدون کرک است (بجز کرکهای حاشیه‌ای) که با غده‌های شفاف پوشیده شده است. گلهای آن به‌صورت سنبله کوچك (۴-۲ میلی‌متر)، سبزیا مایل به‌قرمز وقیفی شکل که با غده‌های شفاف پوشیده شده‌است. تمام قسمتهای گیاه طعم‌تندی شبیه به‌فلفل دارد ودرماههای تیرومرداد گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای گیاه به‌صورت خشك یا تازه مصرف می‌شود. ولی دراثرخشك‌شدن فعالیت آن کمتر می‌شود.

زیستگاه‌وگردآوری: در گودالهای مرطوب، کنار رودخانه‌ها، قسمتهای مرطوب جنگلها و بندرت در مراتع و در سراسراروپا می‌روید. درانگلستان نیز بوفور وجود دارد. گیاه گلدارآن را جمع‌آوری کرده در سایه در حرارت کمتر از ۴۵ درجه سانتی‌گراد می‌خشکانند.

ایران: در مناطق گرگان، بندرگز، مازندران، لاهیجان، رشت، شوش و نواحی جنوب‌غربی‌وقره‌داغ آذربایجان یافت‌می‌شود.

ترکیبات‌واثر: ۱- تانن: قابض و ضد التهاب. ۲- یك‌ماده تند وزننده‌که سبب‌سرخ شدن و تاول‌زدن پوست می‌شود. یك داروی مدر، بندآورنده خون وتسریع کنندهٔ قاعدگی درزنان است.

مصرف: گیاه له‌شده وتازه رابرای بهبود زخم‌هایی که دیرالتیام می‌یابند روی آن قرار می‌دهند. همچنین درکوفتگیها ورماتیسم از آن‌استفاده‌می‌شود گردگیاه خشك‌شده را (روزی ۳-۲ نوك چاقو) یا به‌شکل تیزان (دم کرده یك قاشق غذاخوری در یك لیتر آب) در درمان خیز عمومی و فقدان قاعدگی جهت تسریع قاعدگی مصرف می‌شود. تأثیرآن‌دراختلالات قاعدگی مورد تردید است.

Bistort

انجبار

(*Polygonum bistorta* L., Polygonaceae), Snakeweed.



شرح: گیاهی است پایا باارتفاع بیش‌از یك مترکــه دارای ریزوم بزرگ، پیچدار و منشعب است. برگهای قاعــدهٔ آن بزرگ و نیزه‌ای است. سطح فوقانی برگها سبزتیره‌و سطح تحتانی سبزمایل به‌آبی باحاشیه‌موجدار ودم برگ مثلثی‌شکل‌است.ساقهٔ گلدار آن‌همیشه ساده است کــه به‌یك سنبله استوانه‌ای انبوه منتهی می‌شود. گلها به‌رنگ گلی یــا صورتی کمرنگ با گل‌پوش‌منفرد است (کاسه‌وپوشش گل قابل تشخیص نیست) و پرچمها ازبیرون دیده می‌شود. درماه خرداد تاتیر گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك.

زیستگاه‌وگردآوری: در مراتع مرطوب نواحــی کوهستانی اروپا و سراسر بریتانیا پراکنده است. به‌طورعمده درشمال انگلستان وجنوب اسکاتلند یافت می‌شود. درفصل پاییز جمع‌آوری شده ودرآفتاب خشکانده می‌شود. ریشه‌های بزرگ آن‌را برش‌طولی می‌دهند.

ایران: درسهند آذربایجان، تخت‌سلیمان، الوند ونواحی غربی ایران یافت‌می‌شود.

ترکیبات‌واثر: تنها مادهٔ فعال این گیاه تانن است‌که دارای اثرضد التهابی و قابض است.

مصرف: ریشهٔ‌آن هنگامی‌که به‌شکل گرد (روزانه ۴ـ۲ نوك چاقــو) خــورده می‌شود بیشترین اثررا دارد. دم‌کردهٔ‌آن‌که با استفاده ازآب سردویا گرم تهیه‌می‌شود (۱۰ــ۳ساعت می‌ماند) نیزمؤثراست ولی جوشاندهٔ آن(۳۰ گرم دریــك لیترآب) فعالیت کمتری دارد. اساساً در درمان اسهال (ونیزدر دامپزشکی) و بندرت به‌شکل غرغره یــا دهان‌شویه برای التهاب دهان وگلو مصرف می‌شود.

چوبه

غاسول، صابونی

Soapwort

(*Saponaria officinalis* L., Caryophyllaceae), Soaproot, Bouncing Bett.



شرح: گیاهـی تنومند، پایا به‌ارتفـاع ۷۰ـ۳۰ سانتی‌متر است. ریزومهای آن منشعب، استوانه‌ای به‌ضخامت یـك سانتی‌متر است و دارای ساقه‌های گلدار و بی گل است. ساقه آن گـرد، ساده منشعب یـا کرکی است. دارای برگهای متقابل، بیضی شکل یا نیزه‌ای کمی کرکدار وسه‌رگه طولی است. طول گلها تا ۴ سانتی‌متر می‌رسد که دارای کاسه گل لوله‌ای و ۵ گلبرگ صورتی یاسفید است.

قسمت مورد استفاده: ریـزوم و ریشه، بندرت گیاه خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: به‌طور معمول در سراسر اروپای مرکزی وجنوبی و بوفور در بخشهایی از انگلستان درسواحل و کناره‌جاده‌ها می‌روید و گاهی نیزکشت داده می‌شود. ریشه آن‌را در بهار و پاییزهنگامی که گیاه گل دارد باید جمع آوری کرد و در آفتاب در حرارت حداکثر ۵۰ درجه سانتی گراد خشکاند.

ترکیبات و اثر: دارای ساپـونین است (ریشهٔ آن بیش از بخشهای هوایی ساپونین دارد). دارای خواص مسهل ومدر ملایم است و به‌عنوان خلط آور در برونشیت مصرف می‌شود.

مصرف: به‌شکل جوشانده (یك لیتر آب سرد را بر روی ۲ـ۱ قاشق غذاخوری از داروی کاملا خرد شده می‌ریزند وپس ازچندساعت آن‌را جوشانده و سرد می کنند) و خیلی بندرت به شکل گرد روزی دوبار (۴ـ۲ گرم همراه با آب) مصرف می‌شود از طـریق خوراکی در برونشیت. بثورات جلدی، خیزعمومی ویرقان مصرف می‌شود. از طریق خارجی به‌شکل مالیدنی برروی بثورات جلدی مالیده‌می‌شود. می‌توان ازآن به‌جای صابون برای شستشوی پارچه‌های رنگین استفاده کرد.

Rupturewort

(*Herniaria glabra* L. = Glabrous Rupturewort and *Hernaria hirsuta* L. = Hairy Rupturewort, Caryophyllaceae).



شرح: .Glabrous R گیاه کوچك یکساله یا پایا با ساقه‌های بی‌کرك و معمولا خوابیده است. برگهای آن کوچك به‌طول ۱–۰/۵ سانتی‌متر، متقابل، بدون کرك، نیزه‌ای و تیز است. گلها بسیار کوچك (حدود یك‌میلی‌متر) به‌رنگ زرد مایل به‌سبز به‌صورت خوشه‌های محوری ۱۰–۵ تایی است. نوع کرکدار این گیاه با داشتن کرکهایی برروی برگ وساقه متمایزمی‌شود.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك.

زیستگاه و گردآوری: هردو گونهٔ آن در محلهای سنگی خشك در سرتاسر اروپا یافت می‌شود. نوع بدون‌کرك‌آن تنها در خاکهای شنی می‌روید ولی نوع کرکدارآن‌هم برروی خاکهای شنی وهم خاکهای آهکی دیده می‌شود. هردو نوع بومی انگلستان است. گیاه گلدارآن را جمع‌آوری کرده و در سایه می‌خشکانند.

ترکیبات‌واثر: دارای ساپونین، گلیکوزیدی‌به‌نام هرنیارین (Herniarine) ومواد فراراست. هرنیارین‌دردهای همراه‌باعفونتهای مثانه و کلیه را تسکین می‌دهد. به‌عنوان یك مدر، دفع سدیم واوره رابدون افزایش‌مقدار ادرار تسهیل می‌کند. مواد متشکله فعال آن بسرعت تجزیه می‌شود.

مصرف: از طریق خوراکی، به‌صورت تیزان (۳–۲ قاشق غذاخوری دریك‌لیتر آب‌دم می‌کنند. نبایدجوشانده شود) ونیز گرد(۴–۲ گرم) روزانه سه‌بار به‌عنوان مدر و مسکن در تحریکات کلیه و مثانه و برای تحریك ترشح سدیم واوره مصرف می‌شود. ازطریق‌خارجی دم کرده آن به‌شکل مالیدنی برای زخمهایی که دیرالتیام می‌یابد به‌کارمی‌رود.

Black Hellebore

خربق‌سیاه

(*Helleborus niger* L., Ranunculaceae), Christmas Rose.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه تنها بر روی شیبهای صخره‌ای و جنگلها و فقط روی خاکهای آهکی می‌روید. در اروپای جنوبی و شرقی می‌روید و به‌صورت یك گیاه زینتی در انگلستان کشت داده می‌شود. ریزوم آن در طول سال گردآوری می‌شود.

ایران: این گیاه در ایران می‌روید.

ترکیبات و اثر: تمام قسمتهای گیاه مخصوصاً ریزوم آن حاوی گلیکوزیدهای بسیار فعالی است که ریتم قلب را تنظیم کرده و جریان خون را در سرخرگها افزایش می‌دهد و دارای اثر ادرار آور است. خربق‌سیاه همچنین دارای یك ساپونین و اسانس فرار است. تمام قسمتهای گیاه بسیار سمی است.

اثر خربق‌های دیگر: هم خربق سبز (H.viridis) و هم خربق متعفن (H.foetidusl) بومی بریتانیا هستند و اثرهای مشابهی دارند. هردو گیاه سمی است.



شرح: خربق سیاه گیاهی پایا به‌طول ۳۰–۱۵ سانتی‌متر با ریزوم ستبر قهوه‌ای مایل به‌سیاه است. برگهای دمبرگ‌دار آن که در زمستان پایدار است چرمی و منقسم به ۹–۷ برگچه با حاشیه‌های دندانه‌دار است. گلهای آن سفید یا صورتی به‌پهنای ۸–۳ سانتی‌متر به‌صورت منفرد روی دمگل‌های دراز، و در جوانی به‌صورت استکانی با ۵ گلبرگ بیضوی و پرچمهای متعدد است. در بین ماههای آذر تا فروردین گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك‌شده.

مصرف: خربق سیاه را باید تحت نظر پزشك مصرف کرد.

Aconite

تاج‌الملوك

(*Aconitum napellus* L., Ranunculaceae), Monkshood, Wolfsbane.

اقونیطون، گرگ کش



شرح: گیاهی است پایا باریشه مخروطی وغده‌ای که هرساله‌درکنارغدهٔ اصلی آن‌دوباره غده‌ای رشد می کند و لذا در تابستان دونوع غده (غدهٔ اصلی و غدهٔ جدید) همراه با هم دیده می‌شوند. ارتفاع ساقهٔ آن تا ۱۵۰ سانتی‌مترمی‌رسد و دارای برگهایی با بریدگی عمیق است. بریدگی تا قاعده برگ پیشرفته و۷ـ۵ لوب می‌سازد. اندازه وشکل لوبها از خطی تا بیضوی متغیراست. گلهای آن به‌رنگ آبی‌تیره است کاسبرگهای گلبرگ‌مانند آن به‌شکل کلاهی خود مانند است و درانتهای شاخه به‌صورت گل‌آذینی انبوه قراردارد. درماههای خرداد تا شهریور گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ازریشه‌های‌غده‌ای خشك شده وتمام قسمتهای‌گیاه تـازه یاخشك شده استفاده می‌شود.

زیستگاه‌وگردآوری: در مـراتع کاملا مرطوب و مناطق‌کوهستانی اروپا یافت می‌شود . گونـه Aconitum napellusl مجموعه‌ای ازواحدهای کمی‌متفاوت برحسب زیستگاه‌شان‌است که‌می‌توان آنها را به‌صورت گونه‌های جداگانه بررسی کرد. در بریتانیا ظاهراً به‌صورت وحشی در جنوب و غـرب انگلستان وویلز می‌روید. این گیاه‌کشت هم‌می‌شود. غده‌های آن‌را درپاییز می‌کارند. گیاه‌را باید هنگامی‌که‌گل دارد جمع‌آوری‌کرده در سایه یا آفتاب خشکانند.

ترکیبات واثر: یکی ازسمی‌ترین‌گیاهان انگلستان است. دارای آلکالوییدهایی (نظیر آکونیتین) است‌که با مقادیر دارویی برروی سیستم اعصاب مرکزی اثـر می گـذارد. در بعضی نورالژی‌ها وسیاتیکها اثرتسکینی‌دارد. همچنین‌یك تب‌بربوده ودرناراحتیهای‌دستگاه تنفسی ناشی از سرماخـوردگی (چایمـان و برونشیت) مؤثراست.

مصرف: اقونیطون به‌خاطر سمیّت فقـط باید‌تحت نظرپزشك‌مصرف‌شود ولی‌فرآورده‌های هوموپاتیك آن را می‌توان برای درمان سیاتیك، نورالژی وچایمان مصرف‌کرد.

Pulsatilla

شقایق نعمانی

(*Pulsatilla vulgaris* Mill. =*Anemone pulsatilla* L., Ranunculaceae), Pasque Flower, Wind Flower.



شرح: شقایق نعمانی گیاهی است پایا به ارتفاع ۴۰-۵ سانتی‌متر و دارای ریزوم ضخیمی است. برگهای آن ریشه‌مانند و دارای دمبرگ درازی است. برگها بریدگی زیادی دارد و به‌هنگام گل دادن به‌صورت یک‌طوقی درمی‌آید. ساقهٔ آن عمودی و دارای گل منفرد با ۶ گلبرگ به‌رنگ آبی تیره و به‌طول ۵/۵-۳ سانتی‌متر با سطح خارجی کرکدار و تعداد زیادی پرچم است. میوه‌های آن کرکدار همراه با یک پر است که درانتهای ساقه جمع شده و پس از گل دادن تا بالای گریبان برگ ادامه می‌یابد.

قسمت مورد استفاده: ازقسمتهای هوایی گیاه به‌صورت تازه‌و بندرت خشک‌شده استفاده می‌شود.

زیستگاه و گردآوری: دردامنه‌های تپه‌های آفتابی سراسراروپا می‌روید. گیاه بومی شرق انگلستان است که برروی شیب‌های آهکی پرعلف یافت می‌شود ودرهنگامی که گل دارد جمع‌آوری می‌شود (فروردین).

ایران: این‌گونه گیاه در ایران نمی‌روید ولی گونه‌های دیگری ازآن درکشورما یافت می‌شود که اثردرمانی ندارد.

ترکیبات و اثر: گیاه تازه آن سمی است. مانند سایر گیاهان تیره آلاله حاوی یک ماده تند به‌نام آنمونول(anemonol) یا پروتوآنمونین (Protoanemonine) است که پوست را تحریک می‌کند. با مقادیر کم یک سرخ کنندهٔ پوست است ولی به‌مقدار زیاد تاول‌زاست. پوست ممکن است در اثرتماس ساده با آن تحریک شود واگر برروی پوست مالیده شود اثرآن مشخص‌تر می‌شود. در اثر خشکاندن گیاه این اثرتا حد زیادی از بین می‌رود.

مصرف: درهوموپاتی ازتنطور آن برای تسکین دردهای قاعدگی به‌مقدار ۱۰ قطره (یا کمتر) سه‌بار درروز استفاده می‌شود.

Ranunculus Species

گونه‌های مختلف آلاله

(Most species of the genus *Ranunculus*, Ranunculaceae). The figure is *Ranunculus ficaria* L., Lesser Celandine, Pilewort.

(تصویر متعلق به‌انجیرك یا علف بواسیر است)



شرح: گونه‌های‌مختلف این‌جنس‌دارای گلهای براق معمولا به‌رنگ زرد یا سفید و بندرت سرخ یا صورتی است. شکل برگهادر گونه‌های مختلف با یکدیگر بسیار متفاوت است.

قسمت مورد استفاده: تقریبـاً همیشه از گیاه تازه وبندرت از خشك شده آن استفاده می‌شود.

ترکیبات واثر: تمام برگهای تازه‌وساقهٔ گونه‌های آلالـه حاوی مـاده بسیار محرك آنمونول (anemonol) با مقادیرمختلف‌است. دراثر خشك‌کردن این ماده تبدیل به‌آنمونین (anemonine) می‌شود کـه فعالیت کمتری دارد. بهمین دلیل گیاه خشك‌شده سمی نیست. اثر تحریك کنندگی درآلاله‌چمن(R.acris L.) ودر (R. sceleratus L.) کاملا مشخص است. دراثر تماس پوست با قسمتهای مختلف گیاه تازه یـك سرخی موضعی ایجاد می‌شودکـه ممکن است بعداً به‌تاول تبدیل شود.

مصرف: از این گیاهان بندرت در طب استفاده می‌شود. گاهی به‌عنوان یك محرك در بیماری رماتیسم برروی پوست مالیده‌می‌شود ولی مصرف خوراکـی آن خطـرناك است. انجیرك قابض است. بدین صورت‌که گیاه له شده را باچربی مخلوط‌کرده ازطریق‌موضعی در درمان بواسیر به‌کار می‌برند (انجیرك را به‌قطعات‌کوچك بریده وبا سه‌برابر وزنش‌از چربی ذوب شده به‌مدت ۲۴ساعت‌درحرارت ۴۰ درجه سانتی گراد مخلوط کـرده، سپس صاف می کنند وآنقدربهم‌می‌زنندتاسردشود).

Celandine

ماميران

(*Chelidonium majus* L., Papaveraceae), Greater Celandine. (Not to be confused with Lesser Celandine, *Ranunculus ficaria* – see previous page)



قسمت مورد استفاده: گیاه شکوفه‌دار تازه یا خشك‌شده، شیرابه تازه.

زیستگاه و گردآوری: در امتداد جاده‌ها، ساحل رودخانه‌ها واماکن بایرارو‌یامی‌روید. در بریتانیا بطورعمده نزدیك اماکن مسکونی یافت می‌شود. درموقع‌شکوفه‌دادن گردآوری شده ودرسایه یا آفتاب خشکانده می‌شود.

ایران: ماميران در نواحی شمالی ایران مانندرودبار گیلان، گرگان، بندرگز،مازندران وبسیاری ازنواحی دیگرمی‌روید.

ترکیبات واثر: ماميران شیرابه‌ای گس، چند آلکالوييد که از لحاظ ساختمانی شبیه آلکالوييدهای تریاك‌اند و یك ساپونین دارد. این گیاه‌دارای‌اثرضدتشنج(آنتی‌اسپاسموديك) برروی عضلات صاف (روده، معده وکیسه صفرا) است ونیز برروی ماهیچه‌های رحم‌اثر می گذارد. ازشیرابه‌آن دردرمان زگیل‌استفاده می‌شود ولی اثرآن قطعی نیست. مقادیر زیاد آن سمی نیست.

مصرف: تیزان‌آن (۱ـ۲ قاشق‌غذاخوری آن را به‌مدت ۵دقیقه جوشانده و می گذارند بماند) برای درمان التهاب کیسه صفرا ودرد‌های معدی وتسکین آسم (اثرنامعلوم)مصرف می‌شود. شیرابه تازهٔ آن را بـرروی زگیل می‌مالند ولی ممکن است ایجاد زخم کنند.

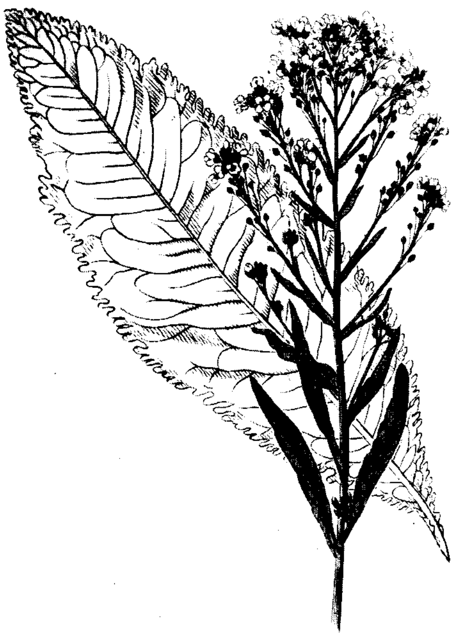
شرح: گیاهی پایا به‌ارتفاع ۳۰ـ۱۰۰ سانتی‌متر با ریزوم مخروطی وستبر است. از تمام قسمتهای گیاه‌درموقع شکسته‌شدن‌شیرابه‌ای گس به‌رنگ زرد نارنجی تراوش‌می‌شود. ساقه‌های آن منشعب و کرك‌دار است. برگها متناوب،کرك‌دار وشانه‌ای است ولی برگهای بالایی منقسم است. رنگ گلهای‌آن ازطلایی تا زرد متغیر است که در یك گل‌آذین چتری شکل مجتمع شـده و دارای چهار گلبرگ و پرچمهای‌متعدداست. دربین ماههای‌اردیبهشت تا خرداد شکوفه می دهد.

Horseradish

ترب کوهی

(*Armoracia rusticana* Gaertn., Mey. & Scherb.=*A. lapathifolia* Gilib. =*Cochlearia armoracia* L., Cruciferae).

ریشهٔ خردل



شرح: گیاهی است پایا که تا ۱/۵ متر ارتفاع دارد، دارای ریشه گوشتی منشعب به طول ۶۰ سانتی‌متر وضخامت ۵ سانتی‌متراست. برگهای قاعده‌ای آن بزرگ (۳۰–۱۰۰ سانتی‌متر)، نیزه‌ای، با کناره‌های دندانه‌ای ودمبرگ بلند است. برگهای ساقه دمبرگ کوتاه داردواز نظرشکل متفاوت‌است. برگهای پایینی لب‌دارمنقسم یاتقریباً شانه‌ای‌و برگهای بالایی کامل است. مزه‌آن تندوسوزاننده است.

قسمت مورد استفاده: ریشهٔ تازه‌و بندرت گرد ریشهٔ خشك‌شده آن که‌تأثیر کمتری‌دارد.

زیستگاه‌وگردآوری: این‌گیاه به‌بریتانیا آورده شده است. به‌طور طبیعی‌کاشته می‌شود ودر سطح وسیعی بومی شده است. کشت آن به‌وسیله تکثیر ریشه درفاصله ۵۰ سانتی‌متری‌در یك‌خاك خوب‌انجام می گیرد. در پاییز گرد-آوری می‌شود.

ترکیبات واثر: ریشهٔ‌آن‌حاوی گلیکوزیدی است‌که پس ازخرد شدن روغن خردل‌که‌مزه تندوتیزی دارد آزاد می کند. ویتامینC ویك ماده آنتی‌بیوتیکی نیز در آن وجود دارد. از طریق‌خارجی‌ریشهٔ آن‌محرك‌پوست‌وتاول‌زاست. از راه خوراکی با مقادیرکم محرك دستگاه گوارش‌است ونیز برای سرفه مصرف می‌شود. با مقادیر زیاد سبب التهاب مخاط دستگاه گوارش می‌شود.

مصرف: از طریق خوراکی برای درمان برونشیت یا به‌عنوان یك تونیك استفاده می-شود. ریشه خردشده آن را می‌توان خورد یا از آن یك شربت سرد تهیه‌کرد (برش‌های نازکی ازریشه را با شکرمی‌جوشانند. مایعی که بدست می‌آید شربتی‌است‌که روزانه۱–۳ قاشق غذاخوری ازآن می‌خورند). ازطریق خارجی از برشهای ریشه برای رماتیسم یا روی دملها وکورکها استفاده می‌شود.

توجه: (Raphanus sativusL.)radish خواص مشابهی‌داشته وگاهی برای‌رفع التهاب برونشها (Bronchial catarrh) مصرف می‌شود.

کیسه‌کشیش

Shepherd's Purse

(*Capsella bursa-pastoris* (L.) Medic., Cruciferae).



شرح: گیاهی است دو ساله به‌ارتفاع ۱۰ـ۶۰ سانتی‌متر که درسال اول برگهای آن یك‌طوقی پایه‌ای تشکیل می‌دهد ودرسال دوم یك‌ساقه شکوفه‌دار ساده یا منشعب ایجادمی‌کند، برگهای آن کرکدار وازنظرشکل متفاوت است وبه‌شکل برگهای دراز،کامل،دندانه‌دار یا دارای بریدگی عمیق است. برگهای بالایی باریك، نیزه‌ای وکامل است. گلها به‌صورت گل‌آذین فشرده، سفید با پهنای ۳ـ۴ میلی‌متر با۴ گلبرگ است. میوهٔ آن بیضوی، قلبی‌شکل برروی پایه‌هایی به‌طول ۶ـ۹میلی‌متر قرار دارد. در سرتاسرسال شکوفه ومیوه می‌دهد.

قسمت مورداستفاده: گیاه شکوفه‌دار خشك.

زیستگاه‌وگردآوری: یکی از رایج‌ترین گیاهانی است که در سراسر بریتانیا پراکنده است. در همه نقاط جهان یافت می‌شود. در طول سال گردآوری شده ودرسایه یا حرارت ۳۰ـ۴۵ درجه سانتی‌گراد خشکانده می‌شود.

ایران: این گیاه در تمام نواحی ایران بخصوص اطراف تهران، کرج، شمیرانات، مغرب ایران، کردستان، کرمانشاه و گیلان به مقدار فراوان می‌روید.

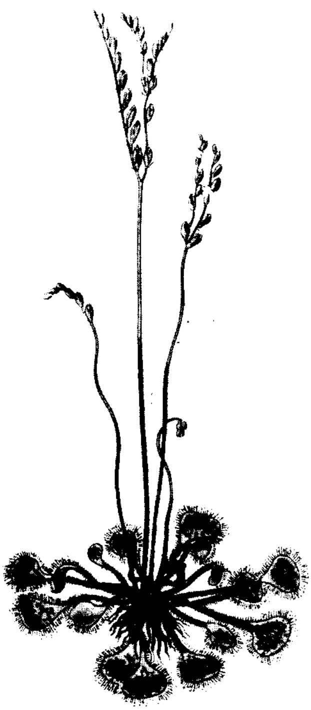
ترکیبات واثر: دارای کولین و آمینهای دیگر است، یك منقبض‌کننده عروق است و به‌عنوان بندآورنده خون دربعضی ازقسمتهای بدن بویژه درکمك به‌انقباض رحم مصرف می‌شود (این اثر بحدی ضعیف است که ازآن استفاده نمی‌شود).

مصرف: یك‌لیترآب سردرا برروی۱ـ۲ قاشق غذاخوری از گیاه ریخته، جوشانده و می‌گذارند بماند: در درمان قاعدگی زیاد هشت روز پیش از شروع قاعدگی مصرف می‌شود. برائ خونریزیهای دیگر رحم نیز مصرف می‌شود ولی درچنین مواردی باید با پزشك مشورت‌کرد. اثرآن در خونریزیهای دیگر (بینی، معده) نامعلوم است.

Sundew

دروزرا

(*Drosera rotundifolia* L. = Round-leaved Sundew,
D. anglica Huds.em.Smith = Great Sundew,
D. intermedia Hayne = Long-leaved Sundew, Droseraceae).



شرح: دروزرا گیاه کوچك بادوامی است به‌ارتفاع ۵–۲۵ سانتی‌متر بـا ساقهٔ باریك، بدون کرك، مایل به‌سرخ که اغلب خمیده‌است. برگهای آن بیضوی یا گرد به‌قطر ۵–۱۰ میلی‌متر با دمبرگهای دراز و دارای تارهای غده‌ای فراوان به‌بلندی ۱۰ میلی‌متر که حتی در شرایط خشك هرکدام قطره موسیلاژی کوچکی ترشح می‌کنند. گلهای آن سفید و به‌قطر ۵–۸ میلی‌متراست. گیاهی است حشره‌خوار، تارهای غده‌ای برگها حشره را نگه می‌دارد و سپس به‌وسیلهٔ شیره‌های گوارشی ترشح شده از برگ جذب می‌شود.

قسمت مورد استفاده: کلیهٔ قسمتهای گیاه گلدار، تازه یا خشك (بدون ریشه).

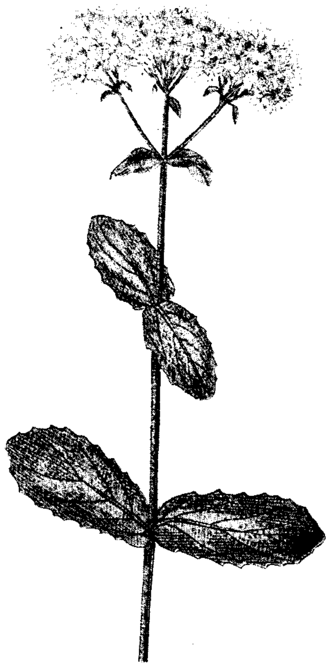
زیستگاه و گردآوری: در بـاتلاقها و محلها یا جنگلهای مرطوب بریتانیا، البته نـه به‌مقدار زیاد یافت می‌شود.

ترکیبات و اثر: ترکیبات این گیاه بخوبی شناخته نشده است. پلومباگین Plumbagine و هیدروکسی پلومباگین Hydroxy-Plumbagine آن از مواد ضد اسپاسم است. دارای چند فلاونوئید نیـز هست. از دروزرا به‌عنوان خلط‌آور و ضد تشنج در سرفه‌هـای همراه با خارش وسیاه سرفه استفاده می‌شود.

مصرف: به‌طور کلی به‌شکل تنتور (۱۰–۲۰ قطره درآب سه باردر روز) یا درفرآورده‌های اختصاصی سیاه سرفه و گاهی نیز برای سرفه‌های مزمن مصرف می‌شود.

Orpine

(*Sedum telephium* L., Crassulaceae), Livelong, Life Everlasting, Orpine Stonecrop.



شرح: گیاه زیبا و پایایی است که تا ۶۰ سانتی‌متر ارتفاع دارد و ریشه‌های متورم آن شبیه به‌ریشهٔ شلغم است. ساقه آن عمودی، ساده و بندرت منشعب به رنگ سبزمایل به‌آبی یا سرخرنگ است، برگهای آن به شکل متقابل، پیچدار یامتناوب به‌طول ۶ سانتی‌متر، بیضوی، گوشتدار با حاشیه‌های نامنظم دندانه‌ای یا کامل است. گلهای آن بزرگ به‌شکل چترهای فشرده، به‌رنگ سفید، سبز مایل به‌زرد، زرد مایل به‌قرمز یا ارغوانی مایل به‌قرمز است. در بین ماههای خرداد تا شهریور شکوفه می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: معمولاً ازبرگهای تازه و بندرت از تمام گیاه خشک شده‌هم استفاده می‌شود.

زیستگاه وگردآوری: در محلهای آفتابی خشک، روی صخره‌ها، دیوارها وساحل رودخانه‌های اروپای شمالی و مرکزی و اکثر استانهای بریتانیا می‌روید. درباغها و خانه‌های روستایی کشت داده می‌شود. هنگامی که شکوفه دارد گردآوری‌شده ودر آفتاب خشکانده می‌شود.

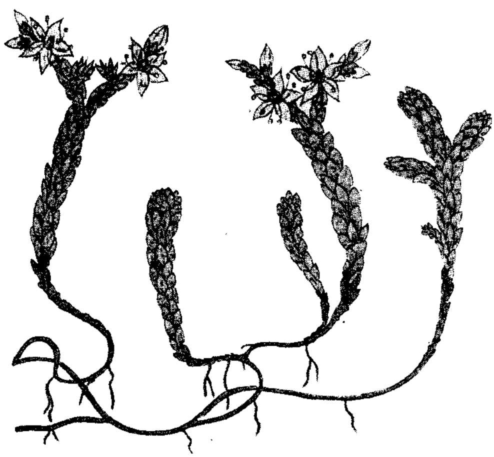
ترکیبات و اثر: ترکیبات آن کمی شناخته شده است ولی تانن و موسیلاژ دارد. گیاه‌تازه یا خشک آن کمی پوست را سرخ می‌کند. اثر مدر منسوب به‌آن نامعلوم و اثرمحرک آندروی گاو مشکوک است.

مصرف: برگ کوبیده و ساییده شدهٔ آن برروی زخمهای چرکی برای تسریع التیام زخم مالیده می‌شود. پماد شفا دهندهٔ آن نیز به شکل تجارتی عرضه می‌شود.

Wall-pepper

گل ناز

(Sedum acre L., Crassulaceae*)*, Common Stonecrop.



شرح: گیاهی است‌پایا به‌ارتفاع ۵–۱۵ سانتی‌متر با ساقه‌های زیاد پربرگ که‌تشکیل پوشش‌می‌دهد. برگهای آن کوچك (۳–۴میلی‌متر)، بی‌ساقه، استوانه‌ای، گوشتی است ومزهٔ تندی دارد. گلها به‌شکل گل‌آذین انتهایی به رنگ زرد پررنگ، به‌قطر ۱/۵ سانتی‌متر با ۵ کاسبرگ و ۵ گلبرگ است. دربین ماههای اردیبهشت تا مرداد شکوفه می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای تازه یا خشك‌شده گیاه. بنظرمی‌رسد موقعی که برگها پژمرده می‌شوند بیشترین تأثیر را دارند.

زیستگاه و گردآوری: درمحلهای‌خشك آفتابی، روی دیوارها، سنگها، صخره‌ها، پشت‌بامها، کنار جاده‌ها و مزارع بریتانیا می‌روید. در موقع چیدن این گیاه را نباید با 'insipid Stoncrop'(S.Sexangulare L.) که روی دیوارهای قدیمی در بعضی ازمناطق بریتانیا وجوددارد اشتباه‌کرد. گلهای این گیاه کوچکتر بوده و مزهٔ تند ندارد.

ترکیبات و اثر: مواد مؤثر این گیاه کاملا شناخته نشده است. آلکالوییدهای آن سبب تحریك ملایم می‌شود که با خواب آلودگی همراه است، همچنین مردمك چشم را منبسط کرده وفشارخون را پایین می‌آورد. اسیدهای آلی نیز دراین گیاه وجود دارد. برگهای‌تازهٔ له شدهٔ‌آن محرك پوست است. با مقادیرزیاد ایجادسردرد، تهوع وسرخوشی‌خفیف‌می‌کند، بنابراین باید به‌عنوان یك گیاه سمی محسوب شود.

مصرف: معمولاً گیاه ساییده شده را برای تسریع التیام روی زخمها و یا درمان زگیل‌و کورك روی آنها می‌مالند. این‌اثرقطعی نیست. ازطریق خوراکی مصرف نمی‌شود.

Quince

به

(*Cydonia oblonga* Mill., Rosaceae), Quince seed.



شرح: به درخت یا درختچه‌ای است که ارتفاع آن تا ۸ متر می‌رسد. برگهای جوان آن بیضوی، کرکدار و مایل به خاکستری است. شکوفه‌های آن به‌طول ۳ـ۵ سانتی‌متر، به‌رنگ سفید یا صورتی است. میوهٔ آن کرکدار، به‌شکل گلابی یا سیب است و در قسمت مرکزی دارای پنج توده بهم چسبیده است که هر یک ۸ـ۱۶ دانه دارد. دانه‌های آن قهوه‌ای، به‌طول تقریبی ۱۰ میلی‌متر، بیضوی و مسطح است.

قسمت مورد استفاده: دانه‌های خشک شده.

زیستگاه و گردآوری: منشأ درخت به از قسمتهای شرق آسیاست ولی فعلاً در سراسر دنیا کاشته می‌شود. در بریتانیا به‌خاطر میوه‌اش کاشته می‌شود و گاهی نیز به صورت وحشی دیده می‌شود. هنگامی که از میوه جهت مربا استفاده می‌شود، دانه‌های آن را جدامی کنند معمولاً از ایران و عراق صادر می‌شود. در ۴۰ـ۵۰ درجه سانتی گراد خشك می‌شود.

ایران: درخت به‌در ایران پرورش می یابد و به‌حالت وحشی نیز درنواحی مختلف شمال مانند گرگان، گیلان وغیره می‌روید.

ترکیبات واثر: پوشش خارجی دانهٔ به حاوی موسیلاژی است که درمجاورت آب یك محلول چسبندهٔ غلیظ تشکیل می‌دهد. این محلول در مجاورت شیره‌های گوارشی روده ومحلول بسیار رقیق نمك طعام به‌صورت ژل درمی‌آید. قسمت داخلی دانه آن پروسیك اسید (Prussic acid) دارد که ترکیبی خطرناك است و در نتیجهٔ خوردن تمام دانه اثرهای سمی حاصل می‌شود. موسیلاژ به‌تحریك مخاطها را کاهش داده و یك مسهل ملایم است.

مصرف: به شکل موسیلاژ مصرف می‌شود (یك قاشق مرباخوری از دانهٔ به را در یك فنجان آب ولرم بریزید تا متورم شودوسپس دانه‌ها را از موسیلاژ حاصل جدا کنید). از میوه کامل به که درآب متورم شده است نیز استفاده می‌شود. ازطریق خوراکی این موسیلاژ به‌عنوان یك مسهل ملایم مصرف می‌شود. همچنین به‌شکل غرغره یادهان شویه برای رفع التهاب گلو و دهان ازآن استفاده می‌شود.

Hawthorn

(*Crataegus monogyna* Jacq. and *Crataegus laevigata* (Poir.) DC., [=C. oxyacantha L. nom. ambig.] Rosaceae), May, Whitethorn.

زالزالك‌گل

ترشه‌ولیك، سرخ ولیك



شرح: این گیاه به‌شکل درختچه یا درخت کوچك با ارتفاع متوسط است. شاخه‌های آن دارای تیغهـای تیزی به‌بلندی ۱/۵ سانتی‌متر است. پایه‌برگها کوتاه بوده‌و کم‌و بیش لوبهای عمیق دارد (برگهای گونه C. monogyna لوبهای عمیق‌تری دارد). شکوفه‌های آن که‌درماه اردیبهشت‌و تیردرمی‌آید به‌طول ۱-۵ر۱ سانتی‌متر ۵ گلبرگ‌سفید و ۲-۳ خامهٔ سبزمایل به‌سفید دارد (در گونهٔ C. monogyna یك خامه وجود دارد). میوه‌اش بیضوی، به‌قطر ۸--۱۲ میلی‌متر، قرمز روشن (و بندرت زرد یا مایل به‌سفید) است.

قسمتهای‌مورد استفاده: میوه‌وشکوفهٔ تازه یا خشك شده. ازبرگهای خشك شده‌آن بندرت استفاده می‌شود و اثر کمتری دارد.

زیستگاه وگردآوری: هردو گونه‌این گیاه دربیشه‌ها، حصارها، جنگلهای باز و برگ‌ریز و در مناطق صخـره‌ای می‌روید. غالباً بـرای ایجاد پرچین کاشته می‌شود. در سراسر اروپا پراکنده و در بریتانیا فراوان است.

ایران: گونه C. monogyna درنواحی مختلف البرز، رضاییه، بروجرد، گرگان، اراك، کلاردشت، شمال تهران و کرج می‌روید. در گرگان به‌نام محلی سرخ ولیك موسوم است. وجودگونه C. oxyacantha درایران‌مشکوك به‌نظرمی‌رسد.

ترکیبات و اثر: کاملا شناخته نیست‌ولی دارای گلیکوزیدهای فلاونی و کاتشین است، ترکیبات‌این گیاه جریان‌خون‌را درسرخرگهای کرونر قلب تسریع کرده و حال عمومی بیمار مبتلا به بی‌نظمی قلب را بهبود می‌بخشد. این اثر تنها پس ازیك دوره درمان طولانی دیده می‌شود. هیچگونه‌اثری برروی بیماریهای ارگانیك قلب ندارد.

مصرف: اصولا به‌شکل تنطور تهیه شده‌از میوه و شکوفه مصرف می‌شود (۱۰-۳۰ قطره درنصف لیوان آب سه بار در روز). تیـزان آن اثرکمتری دارد. ازگیاه فوق دربیماری‌های قلبی با منشأ عصبی استفاده می‌شود کـه به‌عنوان یك‌مسکن عمومی اثرمی‌کند، همچنین برای درمان افزایش فشار خون وناراحتیهای یائسگی مصرف می‌شود.

Blackberry

تمشك

(*Rubus fruticosus* agg., Rosaceae), Bramble.

قسمت مورد استفاده: برگهای خشک‌شده.

زیستگاه و گردآوری: در حاشیه‌حصارها و جنگلهای بریتانیا و اروپا پراکنده است، برگهای آن‌را معمولاً در بین ماههای خرداد-مرداد گردآوری کرده در سایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ایران: گونه‌های فرعی این گیاه درغالب نواحی شمال ایران، رودبار، شمال غربی و اطراف تهران می‌روید. گونه‌های خاردار این گیاهان‌دارای اسامی محلی زیراست:(تمشك) در تهران، (لم) درنور، (تموش بورتیکان) در رامیان، (ولش) درگیلان، (هندل) درآستارا، (تورك) درکردستان.

ترکیبات و اثر: برگهای این گیاه حاوی تانن و احتمالاً مقدار ناچیزی اسانس فرار است که به‌عنوان ضد اسهال و برطرف‌کنندهٔ التهاب مخاطها استفاده می‌شود. این اثر غالباً زیاد تخمین زده می‌شود و اثر مسکن یا خواب‌آورعمیق منسوب به‌آن بسیار ضعیف یا هیچ است.

مصرف: به‌شکل تیزان (یك لیتر آب سرد را روی یك مشت برگ ریخته، به‌مدت ۲-۳ دقیقه می‌جوشانند) برای از بین بردن اسهال یا به‌عنوان غرغره یا دهان شویه برای رفع التهاب گلو یا دهان استفاده می‌شود (زیاد مؤثرنیست) برروی زخمها نیزمالیده می‌شود. گاهی جایگزین‌چای می‌شود. برای این‌منظور برگها را پس از گردآوری به‌مدت چند روز رویهم انبار می‌کنند وسپس خشك می‌کنند، بدین‌ترتیب رنگ‌آن قهوه‌ای مایل به‌سبز شده ومزه مطبوع‌تری پیدا می‌کنند.



شرح: این‌گیاه به‌اشکال فراوانی وجود دارد و معمولا جزءگیاهان بالارونده‌محسوب می‌شود. گیاهی دوساله است و شاخه‌های‌خار دارآن تنها درسال اول برگ می‌دهد،شکوفه ومیوه‌های شناخته شده‌آن در سال دوم روی شاخه‌های جانبی ایجاد می‌شود. برگها شانه‌ای با ۳ یا ۵ برگچه است و خارهایی روی دمبرگ آن دیده می‌شود. برگچه‌های آن‌کرکدار وهردوسطح‌آن خشن است. سطح تحتانی پهنك درخشنده نیست و دارای‌حاشیهٔ دندانه‌ای است، مزهٔ برگ آن قابض (گس) است.

Tormentilla

(Potentilla erecta (L.) Rausch =*P tormentilla* Stokes, Rosaceae*)*,
Septfoil, Common Tormentil



شرح: گیاهی است پایا با ریزوم ستبر بهرنگ قهوه‌ای مایل بهقرمز بهضخامت ۰/۵ – ۳ سانتی‌متر که بلندی آن تا ۲۰ سانتی‌متر می‌رسد. سطح بریده شده ریزوم تازه وجوان آن سبزرنگ است، سطح داخلی ریزومهای قدیمی‌تر قرمز مایل به‌قهوه‌ای است. ساقه‌های آن نازك، منشعب بهارتفاع ۵–۲۰ سانتی‌متر و بندرت تا ۵۰ سانتی‌متر می‌رسد، برگهای آن، سه تایی با گوشوارکهای بزرگ ومنقسم بوده وبرگچه‌ها باریك و دندانه‌دار است. اندازهٔ گلها ۳–۱۵ سانتی‌متر وبه‌رنگ زرد روشن و دارای ۴ گلبرگ است (تفاوت با سایر گیاهان این خانواده که ۵ گلبرگ دارند)، درماههای خرداد تا شهریور گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك‌شده.

زیستگاه و گردآوری: برروی زمینهای بایر، خلنگزارها و مراتع اروپا می‌روید. در خاکهای کمی اسیدی بریتانیا به‌طور عادی می‌روید. ریزوم آن‌را می‌توان درطول تابستان یا پاییزجمع آوری کرد. بایدآن‌را بسرعت در آفتاب خشکاند.

ترکیبات واثر: ریزوم آن دارای تانن فراوان و مقدارکمی قند است. به‌عنوان یك داروی ضد اسهال ماده قابضی است. درزخم‌های سیکاتریزان یك داروی ضد التهاب و تسکین‌دهندهٔ سوختگیها است.

مصرف: ازطریق خوراکی بهتر است به شکل گرد برای توقف اسهال خورده شود (یك نوك چاقو ۳–۵ بار در روز همراه با آب، یا چای)، همچنین گاهی برای این منظور آن‌را به شکل جوشانده (به‌مدت ۵–۱۰ دقیقه‌می‌جوشانند) مصرف می‌کنند. برای درمان قاعدگی اثر آن قطعی نیست. دم‌کرده این گیاه رامی‌توان به‌شکل لوسیون برای از بین بردن التهاب دهان، گلو یا مهبل به‌کار برد. برای سوختگیها و آفتا بزدگی مالیدن جوشاندهٔ آن به‌شکل لوسیون یا کمپرس تسکین دهنده والتیام بخش است (درموارد سوختگیهای شدید باید به پزشك مراجعه شود).

Silverweed

(*Potentilla anserina* L., Rosaceae), Wild Tansy.

عاف نقره‌ای

توت‌روباه



شرح: علف‌نقره‌ای گیاهی است پایا باریزوم ضخیم و درازکه ازخزیدن ساقه‌های خوابیدهٔ آن‌درمحل بندها درخاك ریشه‌های نابجا ایجاد می‌شـود. دارای برگهای دراز به‌طـول ۲۰ سانتی‌متربا ۱۱ـ۲۱ برگچه است. این برگچه‌ها به‌شکل طولی وعمیقاً دندانه‌دار هستند. سطح بالایی آنها سبزوکمی کرکدار وسطح پایینی مایل به‌سفید ونرم می باشد. گلهای آن زیبا به رنگ زرد تا طلایی و به‌ضخامت ۲ سانتی‌متر است که به طور منفرد برروی ساقه‌ها ظاهـر می‌شود. بین خرداد تا پاییز شکوفه می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشک شده.

زیستگاه و گردآوری: گیاهی علفی که درحاشیه جاده‌ها، محلهای بایرومراتع مرطوب اروپا می‌روید. گیاه گلدار گردآوری شده و بهتراست این کار در مردادماه انجام گیرد. در سایه یا آفتاب خشکانده می‌شود.

ایران: درنواحی شمالی ایران، مرزن‌آباد و دشت ارژن می‌روید.

ترکیبات واثر: علف نقره‌ای حاوی تانن است، به‌همین جهت به‌عنوان قابض و ضـد اسپاسم در اسهال و اسپاسمهای رحم مصرف می‌شود. خاصیت ضد التهاب نیز دارد.

مصرف: ازطریق خوراکی به‌شکل تیزان (یك‌مشت از گیاه‌را دریك لیتر آب‌سرد ریخته، برای ۵ دقیقه‌جوشانده‌می گذارند بماند) یا گرد (یك نوك چاقو از گیاه‌را با آب، یا چای مخلوط کرده ۳ـ۵ باردرروزمی نوشند) برای از بین بردن دردهای قاعدگی و اسهالهای همراه باقولنج نیز مصرف می‌شود. ازطریق خارجی دم‌کرده آن برروی زخمها مالیده می‌شود.

Five-leaf Grass

پامچال

(*Potentilla reptans* L., Rosaceae), Creeping Cinquefoil, Five Fingers.

پنج انگشت ، پنج برگ



شرح : پامچال گیاه خزندهٔ پایایی است با ریزوم چوبی که با خزیدن ساقه‌های آن که تا یك‌متر می‌رسد و نازك، کرکدار و اغلب به‌رنگ مایل به‌قرمزاست تکثیرمی‌یابد. محل بندها ایجاد ریشه‌های نابجا می‌کند. برگهای آن انگشتی، دارای ۵ و بندرت ۷ برگچه و دمبرگ‌درازاست. هربرگچه بیضوی یانیزه‌ای است،هردوسطح آن کرکدار وحاشیه‌اش دندانه دار است. گلهای آن معمولاً به‌شکل منفرد و روشن روی ساقه‌های دراز درمقابل برگها با ۵ گلبرگ قرارگرفته است. در بین ماههای اردیبهشت تا شهریور گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: گیاه شکوفه دار خشك شده.

زیستگاه و گردآوری : پامچال روی دیوارها، درمراتع، محلهای بایروحاشیه‌جاده های اروپا می‌روید. دربریتانیا به‌طورعمده‌در خاکهای قلیایی و خنثی بسیار دیده می‌شود، گیاه‌گلدار پیش از ماه مرداد گردآوری شده و درسایه یا آفتاب خشکانده می‌شود.

ایران : این گیاه درنواحی‌جنوبی‌ایران، اطراف تهران، تفرش، خوی، بروجرد،الوند، رضاییه، شیراز، و بندرگز می‌روید.

ترکیبات و اثر: تنها مادهٔ شناخته شدهٔ پامچال تانن است. به‌عنوان یك داروی‌قابض، ضد اسهال و ضد التهاب مصرف می‌شود.

مصرف: ازطریق‌خوراکی بندرت به‌شکل تیزان (دومشت ازگیاه را با یك لیترآب‌سرد به‌مدت ۵ دقیقه می‌جوشانند) برای درمان اسهال مصرف می‌شود (در این مورد گیاه tormentilla مؤثرتراست)،ازطریق خارجی از دم کرده‌آن‌برای شستشوی زخمهاو به‌عنوان دهان شویه برای رفع تحریکات گلو ولثه‌ها استفاده می‌شود.

Golden Potentilla

(*Potentilla aurea* L., Rosaceae).



شرح: گیاهی پایا به‌ارتفاع ۵ـ۲۰ سانتی‌متر و دارای ریزومی نسبتاً ضخیم است، شاخه‌های آن معمولاً خمیده، اغلب منشعب و حاوی برگهای فراوان است. دارای برگهای انگشتی با پنج برگچه با حاشیه و سطح تحتانی کرکدار است. آزمایش برگهای ریشه آن به ۸ شکل طوقی است، گلهای این گیاه روی دمگلهای دراز، به‌قطر ۳ سانتی‌متر قرار دارد، گلبرگها به‌رنگ زرد روشن با یك لکهٔ نارنجی بر روی سطح پایینی است. دربین ماههای تیر تا مهر شکوفه می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای گیاه گلدار.

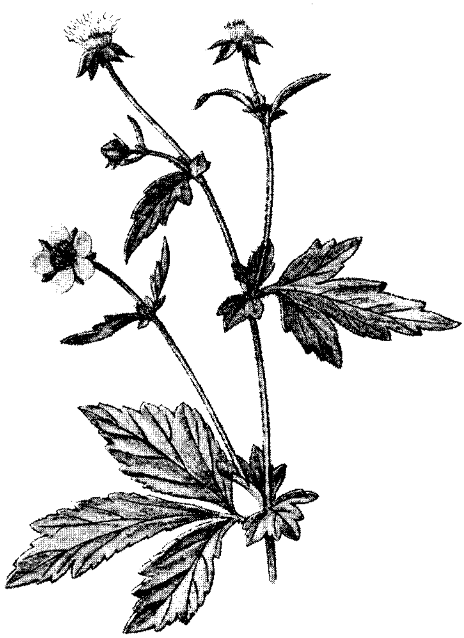
زیستگاه و گردآوری: این گیاه دررشته کوههای آهکی اروپای مرکزی در ارتفاع ۱۴۰۰ـ۲۶۰۰ متر از سطح دریا می‌روید. در بریتانیا نمی‌روید. گیاه گلدار گردآوری‌شده درسایه‌یا آفتاب خشکانده می‌شود.

ترکیبات و اثر: حاوی مقادیرزیادی تانن است که به‌عنوان قابض دراسهال و نیز به‌عنوان داروی ضد التهاب از آن استفاده می‌شود.

مصرف: از طریق خوراکی به‌شکل تیزان (مانند tormentilla تهیه می‌شود) برای درمان اسهال به‌کار می‌رود. از راه خارجی جوشاندهٔ آن به‌شکل مالیدنی روی زخمها و نیز برای کشیدن چرك لثه‌های عفونی استفاده دارد

Avens

(*Geum urbanum* L., Rosaceae), Herb Bennet, Geum, Wood Avens.



شرح: گیاهی است علفی وپایا به‌ارتفاع ۲۵ـ۱۳۰ سانتی‌متر. ریزومـی به‌طول ۳ـ۷ سانتی‌متربه‌ضخامت ۱ـ۲ سانتی‌متردارد.ساقهٔ آن بندرت منشعب است و باقیمانـده‌ی یك طوقی‌قاعده‌ای برروی دمبرگ‌کوتاه برگهـا داردکه درزمستان‌هم می‌ماند. ساقه‌ها کرکدار است وبرگهایی رو به‌پایین دارد. این برگها دارای سه‌لوب بوده‌و کرکدارند وحاشیه‌های دندانه‌ای یاکنگره‌ای دارند. رنگ گلهای آن زرد روشن، به‌قطر ۵ـ۷میلی‌متروبه‌شکل‌خوشه‌هـای بسیار بازبرروی ساقه‌های دراز قـرار دارد. در بین ماههای اردیبهشت تا مهـر گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك‌وگاهی تمام قسمتهای گیاه گلدار.

زیستگاه‌وگردآوری: این گیاه درجنگلها، ساحل رودخانه‌ها، برروی خاکهای‌مرطوب و در بیشتـر قسمتهای اروپا پراکنده است و به وفور درانگلستان، ایرلند وجنوب اسکاتلنـد می‌روید. در موقعی که‌گل داردگیاه را گرد-آوری می‌کنند.

ترکیبات و اثر: این گیاه حاوی اسانس فرار است، ترکیب اصلی آن اوژنول(eugenol) است که در گیاه زنده به‌شکل گلیکوزید است ولی درطی خشك شدن به‌شکل اوژنول آزاد می‌شود. تانن فراوان و یـك ترکیب تلخ از ترکیبات دیگر این گیاه است. دارای خواص ضد اسهال، ضد التهاب و قابض است.

مصرف: تیزان این گیاه از راه خوراکی (یك قاشق غذاخوری‌ازگیاه سابیده را دریك لیترآب بجوشانید وبگذارید سرد شود)برای اسهال و ناراحتی معده مصـرف می‌شود. در استعمال خارج آن‌را برروی زخمها می‌مالند.

Alpine Avens

(*Sieversia montana* (L.) R.Br., Rosaceae).

شرح: این درخت دارای یك ریشهٔ اصلی ستبر است. ارتفاع ساقهٔ آن تا ۳۰ سانتی‌متر می‌رسد و درطول محور آن برگهای رادیکال ویك گل منفرد قراردارد. برگهای آن دارای بریدگیهای عمیق باکرکهای ترشحی است و لب انتهایی آن خیلی بزرگتراز لبهای کناری است. برگهای ساقه کوچك، کامل و دارای سه لب است. قطر گلهای آن ۳—۴ سانتی‌متر، به رنگ زرد روشن وعمودی است. میوه‌اش بسیار کرکدار و تقریبا دارای سرکروی است.



قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك یا تمام قسمتهای گیاه گلدار.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه درمرغزارهای آلپ که خاك سیلیسی دارند در ارتفاع ۱۶۰۰—۲۸۰۰ متری از سطح دریا می‌روید. گیاه گلدار آنرا جمع آوری می کنند ودرسایه یا آفتاب می‌خشکانند. گیاه فوق درانگلستان وجود ندارد.

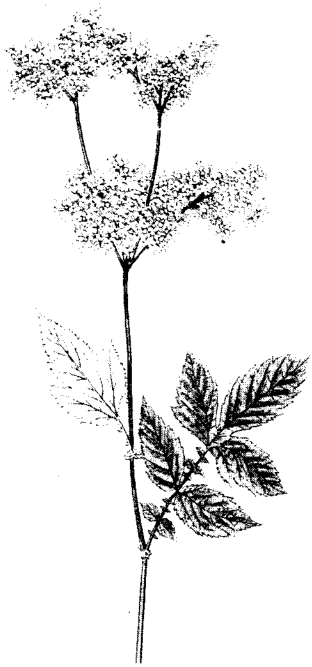
ترکیبات واثر: دارای مقادیرزیادی تانن است و به همین جهت خاصیت قابض دارد.

مصرف: از راه خوراکی برای درمان اسهال مصرف می‌شود (دم کرده آنرا مانند دم کردهٔ گیاه tormentilla تهیه می کنند.

Meadowsweet

اسپیره

(*Filipendula ulmaria* (L.) Maxim. = *Spiraea ulmaria* L., Rosaceae), Bridewort.



شرح: گیاهی پایا با ریزومی ستبر است. برگهای آن شانه‌ای نامنظم است و برگچه‌های بزرگتر به‌طور متناوب با برگچه‌های کوچکتر روی محور اصلی خوشه قرار دارد. رگبرگ برگچه‌ها خیلی برجسته است، سطح فوقانی آنها سرخ کم‌رنگ و سطح تحتانی نقره‌ای و کرکدار است. ارتفاع ساقه که اغلب مایل به‌سرخ است به‌یك متر می‌رسد. گلهای آن کوچك، سفید، با پنج کاسبرگ، پنج گلبرگ و پرچمهای زیاد به‌شکل (دیهیم) است. در فاصله ماههای خرداد تا مرداد گل می‌دهد.

قسمتهای مورد استفاده: گلهای خشك و بندرت ریشه و ریزوم خشك گیاه.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه در باتلاقها و مردابها و در کنار رودخانه‌ها می‌روید. در بریتانیا و اروپا فراوان است. گلهای آن را هنگامی که کاملا باز شده گردآوری می‌کنند و ساقه‌اش را با دست یا الك جدا می‌کنند. در سایه و درحرارت کمتر از ۴۰ درجه سانتی گراد آن را می‌خشکانند.

ترکیبات و اثر: دارای مقادیر کمی اسانس فرار، مشتقات اسیدسالیسیلیك (نام آسپیرین، که یك مشتق اسیدسالیسیلیك است، از نام لاتین Spiraea گرفته شده است که قبلا به این گیاه اطلاق می‌شد) و مشتقات فلاونوییدها است. ریشه این گیاه حاوی تانن است که خاصیت قابض دارد. از گلهای آن عمدتاً به‌عنوان تب بر، عرق‌آور و پیشاب‌آور ملایم استفاده می‌شود.

مصرف: تیزان این گیاه (نیم لیتر آب جوشیده را بر روی یك قاشق غذاخوری گل آن بریزید و بجوشانید) اساساً به‌عنوان تب بر در مواردی نظیر آنفلوانزا، رماتیسم و نیز خیز عمومی بدن مصرف می‌شود. ازجوشانده ریشه این گیاه اغلب برای درمان اسهال استفاده می‌شود.

Lady's Mantle

گل آویز

(*Alchemilla vulgaris* agg., Rosaceae), Lion's Foot.

قسمتهای مورد استفاده: برگ خشك شده وبندرت گیاه گلـدار خشك شده برای مصرف محلی.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه درمرغزار- ها، مراتع، بیشه‌زارها و صخره‌های اروپای شمالی و مناطق کوهستانی اروپای مرکزی و جنوبی می‌روید. تقریباً در سراسر بریتانیا و بندرت درجنوب‌شرقی انگلستان دیده‌می‌شود. یازده گـونه A. vulgaris تاکنـون مشخص شده است. بهتراست آن را پیش‌از نیمه مرداد گردآوری کرد ودرسایه یا آفتاب خشکاند.

ایران: گل آویز درنواحی شمالی ایران، اطراف‌تهران، نواحی‌مختلف البرز، دامنه‌های شمال تجـریش منتهی به‌رودخانه پس‌قلعه و امامزاده‌ابراهیم گیلان می‌روید.

ترکیبات واثر: ترکیبات فعـال این‌گیاه به‌طور کامل شناخته‌نشده است. تانن‌آن‌خاصیت ضدالتهاب‌وضداسهال دارد. مصرف‌درازمدت آن ناراحتیهای یائسگی و قاعدگی زیاد را تسکین می‌دهد ولی این اثرتأیید نشده است.



شرح: گیاهی است علفی، پایا به‌ارتفاع ۱۰ ــ ۵۰ سانتی‌متر. دارای شاخه‌هـای منشعب، شده‌ای یا کرکداروبرگهای کم‌است. برگهای رادیکال‌آن، به‌قطـر ۳ــ۸ سانتی‌متر غالباً مدور بـا ۷ــ۱۱ لب مـدور، چین‌دار (شبیه صدف) تا کاملا مسطح، بدون کرك یا کرکدار غیر ابریشمی که حاشیه‌ای دندانه‌ای دارد. قطـر گلها ۳ــ۵ میلی‌متر، به‌رنگ زرد مایل به‌سبز وغیرمتناوب است. بین‌اردیبهشت ماه وپاییز گل می‌دهد.

مصرف: گل‌آویز به‌شکل تیزان (یك لیتر آب‌سرد را روی یك‌مشت برگ‌ریخته‌به‌مدت ۲ــ۳دقیقه بجوشانید) برای اسهال وقاعدگی زیاد(روزانه۱ــ۲ فنجان به‌مدت ده‌روز پیش‌از قاعدگی‌تا پایان‌دورهٔ‌آن)مصرف‌میشود. همچنین دریائسگی(ازسن ۴۰سالگی به‌مدت ده‌روزدر هرماه) خورده می‌شود. دراستعمال خارج آن را روی زخم می‌مالند. علاوه براین از ایـن گیاه در دامپزشکی برای درمان اسهال‌استفاده می‌شود.

Alpine Lady'sMantle

(*Alchemilla alpina* L. and *Alchemilla conjuncta* Bab., Rosaceae).



شرح: گیاهی است علفی و پایا به‌ارتفاع ۱۰–۲۰ سانتی‌متر. برگهایش به‌قطر ۳–۷ سانتی‌متر، دمبرگدار، مانند برگهای پنجه‌ای منقسم به ۵–۷ (و بندرت ۹) بخش است که همیشه نزدیك وسط رگبرگ چین‌دار است. این بخش‌ها نیزه‌ای شکل، به‌رنگ سبز تیره با سطح فوقانی بدون کرك و حاشیه‌های براق و سطح تحتانی نرم‌وابریشمی براق است. گلهای این گیاه کوچك، نامشخص، به‌رنگ‌زرد مایل به‌سبز و سنبله‌های کوچك برروی شاخه‌های منشعب عمودی است. در بین ماههای خرداد تا مرداد گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: برگ خشك‌شده. همچنین بندرت برای مصارف‌خانگی از برگهاو پاجوشهای گلدار که ازخودبرگها کم ارزش‌تر است، استفاده می‌شود.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه در رشته کوههای اصلی اروپا وجود دارد و درمراتع کوهستانی وروی‌صخره‌های سنگی دراسکاتلند، شمال انگلستان و ایرلند می‌روید. گونه A. conjuncta در کوههای آلپ فرانسه و سوییس یافت می‌شود. این گیاه‌در بریتانیا بندرت مشاهده شده است. باید هرچه زودتر (بین ماههای‌خرداد تااوایل‌مرداد) آن را گردآوری کرد و در سایه و سرانجام در آفتاب آن را خشکاند.

ترکیبات، اثر و مصرف: مانند گیاه گل آویزاست (صفحهٔ قبل). ازنظرسنتی عقیده بر این‌است که این گیاه مؤثرتر از گل‌آویز است ولی‌این موضوع تاکنون به‌اثبات نرسیده‌است.

Agrimony

غافث

(*Agrimonia eupatoria* L., Rosaceae), Cocklebur, Stickwort.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه در کنار جاده‌ها، محلهای مرطوب و مراتع پست در بیشتر نقاط اروپا می‌روید. معمولاً در بریتانیا بجز شمال اسکاتلند یافت می‌شود. در موقع گل‌دادن آن را گردآوری می‌کنند (بهتر است این کار قبل از نیمهٔ مردادماه انجام گیرد) ودر سایه در حرارت کمتراز ۴۰ درجه سانتی گراد می‌خشکانند.

ایران: این گیاه درنواحی شمالی‌ایران، رودبار، جنوب‌ونواحی غربی، اطراف‌تهران، کرمانشاه، تفرش، ارومیه، کـرج و خراسان می‌روید.

ترکیبات واثر: حاوی تانن، مقدار کمی اسانس فـرار و رزین است. دارای اثرات قابض، ضدالتهاب وضد میکربی است. اثرآن برروی ترشح صفرا، دفع سنگهای صفراوی‌و افزایش دفع ادرار مشکوك است.

مصرف: از راه خوراکی تیزان این‌گیاه (یك لیتر آب سرد را برروی یـك‌مشت‌گیاه بریزید، بجوشانید وبگذارید سـرد شود) را برای‌درمان اسهال، احتباس صفـرا والتهاب کلیه‌ها ومثانه مصرف می‌کنند. همچنین برای دفع سنگهای صفراوی توصیه شده است ولی اثرآن قطعی نیست. ازراه استعمال خارج، دم کرده‌آن به‌شکل لوسیون برای مخاطهای‌ملتهب دهان وگلـو استفاده می‌شود و آن را برروی زخمها می‌مالند.



شرح: گیاهی است پایا بـا شاخه‌های عمودی ساده وگاهی منشعب و پوشیده‌ازکرك که ارتفاع آن بین۵۰ـ۱۰۰ سانتی‌متر است. طول برگها تـا ۲۰ سانتی‌متر می‌رسد و تك شاخه‌ای‌وبسیارکرکداراست. گلهای آن‌دارای یك‌سانتی‌متر قطـر، زردرنگ و به‌شکل سنبله است. گلها یکی پس از دیگری از قاعده تا محور گل آذین بازمی‌شود. درفاصله ماه‌خرداد تا پاییزگل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك شده.

Rose

گل سرخ

(*Rosa gallica* L., *R. centifolia* L., Rosaceae), Rose Flowers, Provence Rose, Cabbage Rose.



شرح: از گل سرخ‌های باغهای انگلستان به‌ویژه انواع صورتی وسرخ آن، گلبرگهای سرخی بدست می‌آید که در پزشکی استفاده می‌شود. چون این گیاه بخوبی برای همه شناخته شده است شرحی درمورد آن داده نمی‌شود. تنها اشاره می‌کنیم که پنج گلبرگ خارجی آن گلبرگهای حقیقی هستند و سایر گلبرگها پرچم تغییر شکل‌یافته هستند وازاین طریق تشخیص داده می‌شوند. گاهی گلبرگها ممکن است به پرچم تبدیل شوند. گل سرخ زینتی دورگه‌ای است با منشا نامشخص که‌ازگونه‌های مختلف می‌باشد. اشتقاق پیدا کرده است.

قسمت مورد استفاده: گلبرگ خشك‌شده. برای مصارف خانگی گلبرگهای تازه رامی‌توان‌ازگلهای کاملاً بازشده (ولی پژمرده‌نشده) که اثریکسانی دارد بدست‌آورد.

زیستگاه وگردآوری: پیش‌از بازشدن‌کامل گلها (برای مصارف گیاهی) یاپیش ازریختن برگها این‌گیاه راگردآوری می‌کنندو بسرعت درسایه در حرارت زیر ۵۰ درجه سانتی‌گراد می‌خشکانند.

ایران: گل سرخ در گرگان و نواحی مختلف ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: این گیاه حاوی تانن و اسانس فرار است. گلبرگ آن قابض‌وضد التهاب است.

مصرف: دم کرده گل سرخ (یك مشت گلبرگ خشك شده را در نیم‌لیتر آب‌سرد بریزید، بجوشانید و به‌مدت پانزده‌دقیقه بگذارید سرد شود) برای درمان اسهال (بخصوص در کودکان)مصرف‌می‌کنند. برای شستشوومالیدن برروی مخاطهای دهان ازآن استفاده می‌شود (برای کودکان بیشتر rose honey به‌کار می‌برند). همچنین جوشانده آن‌را روی‌زخمها وسوختگیها می‌مالند.

Dog-rose

نسترن

(*Rosa canina* L., *R. arvensis* Huds. and allied species, Rosaceae), Wild Briar, Wild Rose.



قسمتهای مورد استفاده: میوه تازه یا کاذب خشك، دانهٔ خشك.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه درجنگلها، کنار پرچین‌ها و بیشه‌ها می‌روید. معمولترین نوع گل سرخ دراروپاست. بوفور در بریتانیا وبندرت دراسکاتلند می‌روید. میوه آن را در پاییز گردآوری می کنند واز وسط شکاف می‌دهند ودرمحلی باهوای کمتراز ۶۰ درجه‌سانتی‌گراد می‌خشکانند.

ایران: نسترن در قصرشیرین. نواحی البرز، نهاوند، تبریز، کرج وارتفاعات کلاردشت می‌روید.

ترکیبات واثر: جدار گوشتدار میوه این گیاه حاوی مقادیر زیادی ویتامین C، اسید سیتریك، اسیدمالیك، سی درصد قند وموسیلاژ است که برای ازبین‌بردن سستی بدن‌وافزایش مقاومت بدن (بخصوص درانفلوانزا) مصرف می‌شود. احتمالاً یك داروی مدر است ولی این موضوع هنوز تأیید نشده‌است. میوه‌های بیضی شکل R. villosa L. بیشترین مقدار ویتامین C را دارد.

مصرف: نسترن به‌شکل تیزان (دوقاشق غذاخوری پراز گیاه خرد شده را در یك‌لیتر آب سرد بریزیدو بجوشانید) برای رفع خستگی، خیز عمومی و عفونتهای کلیه مصرف می‌شود. تیزان تهیه شده از دانه این گیاه فقط به‌عنوان یك پیشاب‌آور ملایم مصرف می‌شود (این‌اثر قطعی نیست).

شرح: میوه ودانهٔ این گیاه از گونه‌های وحشی مختلف گل سرخ گردآوری می‌شود. به‌شکل بوته‌های خاردار به‌ارتفاع ۵۰ سانتی‌متر تا ۵ متر، اغلب باشاخه‌های آویزان‌و برگهای تك‌شانه‌ای است. گلهای آن پنج گلبرگ صورتی یا سفید دارد. میوه قرمز آن کاذب است‌ودانه‌ها میوه حقیقی است. دانه تازه آن سطحی براق وانتهای آن لکه‌های نارنجی مایل به قرمز دارد.

Restharrow

(*Ononis spinosa* L., Papilionaceae), Cammock.



شرح: این گیاه دارای گونه‌های چند شکلی است. فعالترین اشکال آن نوع خزنده و نیز گونه‌ای است که برگهای گردی دارد. هردو نوع از تارهـای ترشحی پوشیده شده است. گیاهی‌است پایا به‌ارتفاع ۱۰ـ۶۰ سانتی‌متر با ریشه‌عمودی‌وچوبی به‌رنگ‌قهوه‌ای‌تیره که‌طول آن به‌پنجاه سانتی‌متر می‌رسد. شاخه‌هـای آن منشعب، کمی کرکدار وغالباً در اطراف قاعدهٔ چوبی است. درنوع نمونهٔ آن، تمام‌شاخه‌های جانبی به‌برآمدگیهای تیـزی تبدیل می‌شود ولی‌در بعضی اشکال آن نرم‌است. طول برگهای پایینی بین ۱ـ۲/۵ سانتی‌متراست وسه برگچه دارد. برگهای بالایی کامل، کمتر کرکدار و با حاشیه‌های دندانه‌دار است. طول گلها ۱ـ۲ سانتی‌متر، به‌رنگ سرخ گل سرخی و بندرت سفید و در دسته‌های کوچك است. در فاصله ماههای خرداد تا شهریور گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: اساساً از ریشهٔ خشك و بندرت از گیاه گلدار خشك شدهٔ آن استفاده می‌شود.

زیستگاه وگردآوری: در مناطق خشك و آفتابی، کنار جاده‌ها، گوشه جنگلها و مزارع اروپا می‌روید. در انگلستان، ویلز و بندرت اسکاتلندجنوبی مشاهده می‌شود. بیشتردرپاییز ونیز سایراوقات آن‌راگردآوری می‌کنند ودر سایه یا آفتاب می‌خشکانند. قسمتهای هوایی این گیاه را باید هنگامی که گل‌دارد گردآوری کرد ودرسایه خشکاند.

ایران: گیاه‌فوق‌دریزد خاست وبلوچستان می‌روید.

ترکیبات واثر: دارای‌اسانس‌فراری‌است که به‌مقدارزیاد درقسمتهای هوایی گیاه‌وجود دارد وپیشاب‌آور است. ریشه این‌گیاه‌دارای یك‌مشتق فلاونوییدی گلیکوزیدی بنام‌اونونید است.

مصرف: این گیاه به‌شکل تیزان (یك لیتر آب را برروی یك‌مشت گیاه خردشده بریزید آن‌را بجوشانید و بگذارید سرد شود) برای درمان خیزهای ـ عمومی بویژه دروپسی مصرف می‌شود. ایـن تیزان را مخلـوط با تیزان انگورخرس برای از بین‌بردن التهاب مثانه وکلیه‌ها وهمچنین رماتیسم‌ونقرس‌مصرف می‌کنند.

Ladies' Fingers

لوزکوچك

(*Anthyllis vulneraria* L., Papilionaceae), Kidney Vetch.



شرح: لوزکوچك گیاه‌علفی، پایا (بندرت یکساله) به‌ارتفاع ۵—۶۰ سانتی‌متـر است. ساقه‌های آن عموماً سرخ کمرنگ وکرکدار است. دارای برگهای مختلفی است؛ برگهای پایینی اغلب کامل بوده وبرگهای بالایی‌دارای ۱—۶جفت‌برگچه ویك‌برگچه انتهایی بزرگ است. برگچه‌ها بیضوی یا نوك تیز با سطح فوقانی بدون‌کرك وسطح پایینی نرم ومعمولا سبزروشن است. گلهای آنها در انتهای ساقه دراز به‌شکل‌کاسه گل‌کرکدار با گلبرگهای زرد روشن‌یا تیره وبندرت‌نارنجی‌تاسرخ‌قراردارد. درفاصله اردیبهشت تا پاییزگل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای گیاه گلدارخشك شده.

زیستگاه وگردآوری: ایـن گیاه معمولا برروی خاکهای آهکی، در مراتع خشك و مناطق سنگی اروپـا می‌روید. در بریتانیـا پراکنده است. گیاه‌گلدار آن را در سایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ایران: لوزکوچك در گیلان‌می‌روید.

ترکیبات واثر: ترکیبات فعال ایـن‌گیاه هنوزکاملا شناخته نشده است. وجـود تانن و مقدارکمی ساپونین در این‌گیاه گزارش شده است ولی اثرآن‌کاملا مطالعه نشده است.

مصرف: دم‌کرده این گیاه (یك لیترآب سرد را بـرروی ۱—۲ قاشق غذاخوری گیاه می‌ریزند، به‌مدت‌سه‌دقیقه جوشاندممی گذارند سرد شود) را برروی زخمها می‌مالند. ازگیاه تازهٔ له شده‌آن نیز می‌توان برای این منظور استفاده کرد.

Melilot

ناخنک

(Melilotus officinalis (L.) Pall. = Common Melilot, *M. altissima* Thuill. = Tall Melilot, Papilionaceae), King's Clover, Sweet Clover.

اکلیل الملك



شرح: دو گونه گیاه فوق تنها از نظر شکل برگ و کرکهای روی میوه اختلاف دارند و از نظر مصرف در پزشکی دارای ارزش یکسانی هستند. گیاهانی زیبا، یکساله یا دوساله‌اند که ارتفاع آنها تا ۱۳۰ سانتی‌متر می‌رسد. ساقه آنها منشعب، تنومند وعمودی است و برگهایی با سه‌برگچه دارد. هریك از برگچه‌ها بیضوی یا کشیده، به‌طول ۱ــ۲ سانتی‌متر و حاشیه دندانه‌دار است. گل آذین آنها دراز، خوشه‌ای ظریف و در محور برگها است. گلهای آن مانند گیاهان نمونه این تیره (پروانه‌داران) زردرنگ است. بین ماههای خرداد تامرداد گل می‌دهد.

قسمتهای مورد استفاده: کلیه قسمتهای گیاه خشك‌شده یا گلهای خشك آن.

زیستگاه و گردآوری: دو گونه این گیاه درمزارع، اماکن مرطوب، ساحل رودخانه‌ها وکنار جاده‌های اکثر نقاط اروپا می‌روید. بومی انگلستان است ولی گیاه در این کشور فراوان نیست. این گیاهان را می‌توان ازطریق کاشت در ردیفهای ۴۰ سانتی‌متری جدا ازهم کشت داد. در موقعی که گل دارد آن را گرد- آوری می‌کنند و درسایه در حرارت کمتر از ۴۰ سانتی گراد می‌خشکانند. عمل خشکاندن نباید خیلی سریع انجام گیرد زیرا ترکیبات معطرهٔ آن فقط باآهستگی در هنگام خشکاندن آهسته گیاه افزایش می‌یابد.

ایران: ناخنك در نواحی شمالی ایران، اطراف تهران، قلهك، آبگرم، آذربایجان، بلوچستان، تبریز ولاهیجان می‌روید.

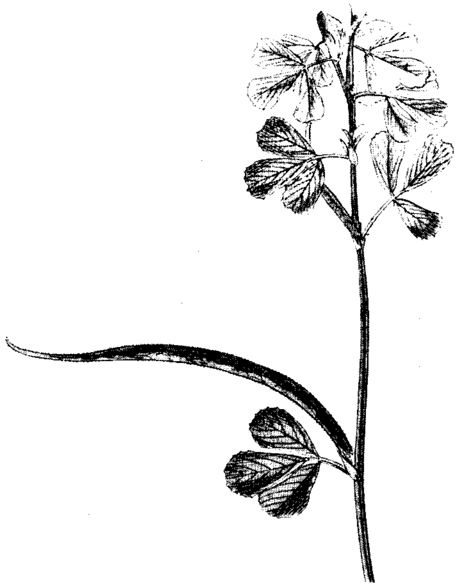
ترکیبات واثر: در گیاه تازه مادهٔ خوشبوی کومارین وجود داردکه دراثر خشکاندن آزاد می‌شود. مهمترین مورد مصرف آن در پزشکی جلوگیری ازتشکیل لخته‌خون است. همچنین یك داروی خلط آور است (مقدار زیاد آن باعث استفراغ می‌شود).

مصرف: اصولا به‌شکل تیزان (یك قاشق غذاخوری آن‌را درنیم لیتر آب دم کنید) برای رفع التهاب مخاطهای دستگاه تنفس مصرف می‌شود. در استعمال خارج برروی محلهای ملتهب و زخمهای چرکی مالیده می‌شود. از دم کرده آن می‌توان برای جلوگیری از ایجاد لخته‌خون استفاده کرد ولی فرآورده‌های تجارتی آن‌مؤثر تراست. مقادیرزیاد آن به‌عنوان یك ماده معطر کننده در توتون مصرف می‌شود.

Fenugreek

شنبلیله

(*Trigonella foenum-graecum* L., Papilionaceae), Foenugreek.



شرح: شنبلیله گیاهی است یکساله که ارتفاع آن تا ۵۰ سانتی‌متر می‌رسد. به‌طور کلی بدون کرک و با بویی قوی است. ساقه‌های آن گرد، معمولا راست ولی غالباً خوابیده و گاهی منشعب است. برگهایی دمبرگدار با سه برگچه بیضوی یا نیزه‌ای دارد. گلهای این گیاه منفرد یا زوج در محور برگها قرار دارد وجام آن به‌رنگ زرد تا سفید است. طول میوهٔ آن ۱۰ سانتی‌متر، خمیده با نوك دراز وحاوی ۴-۲۰ دانه است.

قسمت مورد استفاده: دانهٔ خشك.

زیستگاه و کشت: شنبلیله وحشی در منطقه مدیترانه می‌روید. بیشتر در آفریقای شمالی و هند از طریق دانه در ردیفهایی با فاصله ۲۰ سانتی‌متر کشت می‌شود. میوهٔ آن را موقعی که رسید گردآوری می کنند و دانه‌ها را به‌وسیله خرمن‌کوب جدا می کنند. این گیاه به عنوان یك محصول کود ده کاشته می‌شود . بازده محصول بین ۸ - ۱۸ کیلو گرم در هر صد مترمربع است. دانهٔ شنبلیله به‌طور عمده از هند به بریتانیا صادر می‌شود.

ایران: این گیاه در نواحی مختلف ایران پرورش می یابد.

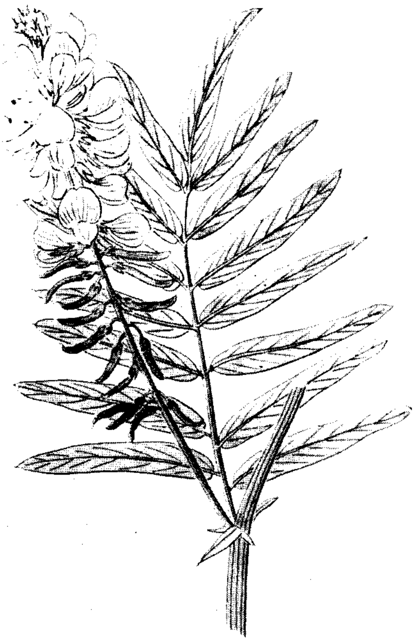
ترکیبات و اثر: شنبلیله حاوی موسیلاژ، مواد معطر و به‌مقدار زیاد آهن و فسفر است که توسط ملکول‌های آلی به‌یکدیگر متصل شده است. از راه خوراکی ترشح معدی را تحریك کرده و در نتیجه به‌هضم غذا کمك می کند. خاصیت خلط‌آور آن تایید نشده است. از راه استعمال خارجی دانه‌های آن نرم کننده است. و بهبود زخمهای چرکی و التهابات را تسریع می کند.

مصرف: آن‌را با آب درظرفی می‌پزند و از راه خارجی مانند کمپرس داغ روی کورکها، آبسه‌ها وغیره قرار می‌دهند (شبیه دانهٔ کتان). ازطریق خوراکی به‌عنوان محرك مصرف می‌شود (یك قاشق مرباخوری از گرد آن بامقدار کمی مربا سه بار درروز). از آن بیشتر در دامپزشکی در گردهای تقویتی برای چاق کردن گاوها استفاده می‌شود.

Goat's Rue

سداب‌بز

(*Galega officinalis* L., Papilionaceae), French Lilac, Galega.



شرح: گیاهی زیبا، پایا باساقهٔ توخالی وبه‌ارتفاع یک‌متر است. برگهایی بدون کرک با ۱۱–۱۷ برگچه بیضوی یا نیزه‌ای به‌طول ۱–۴ سانتی‌متر دارد که هرکدام به‌نوک تیزی ختم می‌شود. گل‌آذین آن دارای گل‌های زیاد است وپایه‌ای درازدارد. طول گلها یک‌سانتی متر وبه‌رنگ آبی روشن یا سفید است. در فاصله ماه خرداد یا پاییز گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشک شده وبندرت دانه‌ها.

زیستگاه وکشت: سداب‌بز گیاه بومی جنوب اروپا وسرزمینهای مدیترانه‌ای است. دربریتانیاشناخته شده ودرمحلهای مرطوب و اکثرمزارع به‌طورطبیعی می‌روید. درسوییس به‌عنوان یک گیاه دارویی به‌وسیله دانه یا قلمه‌های ریشه درفواصل ۵۰سانتی‌متری کشت می‌شود. از این گیاه می‌توانند تا چندین سال محصول بر داشت کرد.

ترکیبات واثر: سداب‌بزدارای آلکالوییدی به‌نام‌کاله‌ژین و مواد دیگری است که هنوز شناخته نشده‌اند. این گیاه غلظت قند خون را پایین می‌آورد و ترشح شیررا تحریک می‌کند ولی اثرآن پایدارنیست.

مصرف: از تیزان این گیاه (دو قاشق غذا خوری آن را در نیم‌لیترآب سرد بریزید، به مدت ۲–۳ دقیقه بجوشانید و بگذارید سرد شود) برای درمان بیماری قندخون (دیابت) بویژه در افراد مسن استفاده می‌شود. در این مورد گیاه فقط یک‌اثرکمکی دارد ویک‌داروی ضد دیابت قوی نیست. در افراد یک بی‌میلی که ناشی ازمصرف زیادآن است ایجاد می‌شود. گاهی نیز برای تحریک ترشح‌شیرمصرف می‌شود (این اثر مشکوک است). همچنین در دامپزشکی برای این منظور از آن استفاده می‌شود.

Liquorice

شیرین‌بیان

(*Glycyrrhiza glabra* L., Papilionaceae), Licorice.



زیستگاه و گردآوری: شیرین بیان بندرت به‌طور وحشی در اروپای مرکزی (ناشی از گیاه قبلی) یافت می‌شود. بیشتر در اطراف مدیترانه‌پراکنده است.مقداری‌نیزدرانگلستان بویژه دریورکشایرکاشته می‌شود). اندامهای زیرزمینی آن را در پاییز از زمین خارج می‌کنند، می‌شویند و در آفتاب می‌خشکانند. منبع اصلی تولید این گیاه‌کشورهای اسپانیا، روسیه و هند است.

ایران: این‌گیاه‌دارای واریته‌های مختلفی ست‌که بعضی از آنها بحالت خودرو در بعضی از نقاط ایران از جمله آذربایجان، شمال، جنوب و مشرق می‌روید.

ترکیبات و اثر: مهمترین ماده فعال این گیاه گلیکوزیدی است از دستهٔ ساپونینها به‌نام گلیسیریزین- (Glycyrrhizin)، که شیرینی آن پنجاه برابر قند است و ریشهٔ آن همچنین حاوی یك فلاونویید گلیکوزیدبه‌نام لیکوییریتوزید (Liquiritoside)، یك مادهٔ تلخ، یك اسانس فرار و احتمالا ساپونینهای دیگر است. شیرین‌بیان آرام‌بخش و خلط‌آور است. همچنین یك مسهل ملایم، پیشاب‌آور، ضدالتهاب وضداسپاسم‌است. اثر آن‌در زخمهای معده هنوز مورد بحث است.

مصرف: شیرین بیان اساساً همراه با تیزانهای دیگر برای برطرف کردن التهاب مخاط برونشها و نیز یبوست ملایم مصرف می‌شود. همچنین گرد یا تکه‌های کوچك آن را می‌خورند.

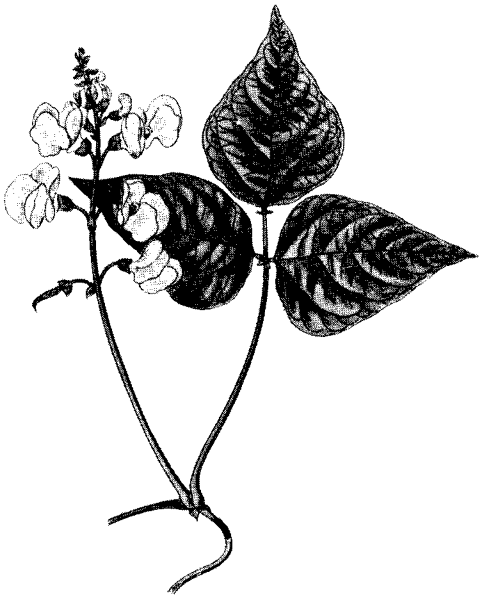
شرح: شیرین‌بیان گیاهی چوبی و پایا به‌ارتفاع ۱-۱/۵ متر و دارای یك سیستم ریشه‌ای بسیار وسیع‌است (یك ریشه‌عمودی با ساقه های خزنده متعدد که طول آنها تا ۸متر می‌رسد). دارای برگهای تك‌شانه‌ای‌با ۴-۸ جفت برگچه بیضوی است که هر یك به خار تیزی منتهی می‌شود. گل آذین آن مرکب از ۲۰-۳۰ گل به رنگ آبی روشن و در محور برگ می‌باشد.

قسمت مورد استفاده: ریشه و ساقه‌های خزندهٔ خشك.

Bean, Kidney

لوبیا

(*Phaseolus vulgaris* L., Papilionaceae), Haricot.



شرح: حدود پانصد واریته ازگونه‌های مختلف لوبیا به‌شکل گیاهان بالارونده و یا گیاهان‌کوتاه‌کشت داده می‌شود. برگهای آن مرکب از سه برگچه بیضوی نوك‌تیز باسطح فوقانی‌خشن وکرکدار است، شکوفه‌های آن به‌طول ۱ــ۲ سانتی‌متر، سفید، بنفش کمرنگ یا صورتی است. برحسب واریته میوهٔ آن ۱۰ــ۳۰ سانتی‌متر طول و جداری گوشتی، نازك و به‌رنگ سبز یا مایل به‌زرد دارد. چون فعالیت دارویی لوبیا مربوط به جدار میوه است واریته‌های گوشتدار آن نسبت به‌واریته‌های دارای دانهٔ بزرگ برتری دارد. هنوز معلوم نیست واریته‌های سبز وخالدار آن به‌عنوان دارو بهتراز واریته‌های زردآن باشد. نیام خشك شدهٔ آن بیمزه است.

قسمت مورداستفاده: نیام خشك،دانه‌هاو نیز تمام قسمتهای تازهٔ آن.

زیستگاه: بومی مناطق گرمسیری آمریکاست. در اروپا کاشته می‌شود، نیام آن را باید در سایه خشکاند.

ترکیبات واثر: دارای موادی به نام گلوکوکینین‌ها (glucoquinines) و مقدار زیادی اسید سیلیسیك است. نیام آن‌خاصیت پیشاب‌آور دارد و در بیماران مبتلا به مرض قند (دیابت) قند خون را به‌طور جزیی‌پایین می‌آورد (این اثر قطعی نیست) . دانهٔ خام لوبیا حاوی یك آلبومین سمی است که در اثر پختن از بین می‌رود.

مصرف: لوبیا اصولا به‌شکل جوشانده (۳ــ۴ مشت نیام بسیار خرد شدهٔ آن را به مدت چند ساعت در دو لیتر آب بخیسانید. سپس بجوشانید و بگذارید سرد شود) برای درمان خیز عمومی بدن و بیماری قندمصرف می‌شود. در مورد اخیر جوشاندهٔ آن تنها یك اثر تقویت‌کنندهٔ درمانـی دارد ولی به طور کامل مرض‌قند را درمان‌نمی‌کند.

Linseed

کتان

(*Linum usitatissimum* L., Linaceae), Flax Seed.

نامهای رایج: کتان، بذر کتان، بزرك



شرح: کتان یکی از قدیمی‌ترین گیاهان قابل کشت است که به‌حالت وحشی نمی‌روید. گیاهی یکساله (بعضی از واریته‌های آن دو ساله) به‌ارتفاع ۲۰–۸۰ سانتی‌متر است. واریته‌های آن که دانه تولید می‌کندشاخه‌های منشعب همراه با برگهای متناوب، باریك، نیزه‌ای، به‌طول ۲/۵ سانتی‌متر و سه رگبرگ اصلی دارد. شکوفه‌های آن در نوك شاخه‌ها (به‌طول ۱/۵ سانتی‌متر)، معمولاً آبی وخیلی بندرت سفید یا قرمز با پنج گلبرگ است. این شکوفه‌ها فقط چند ساعت باز می‌مانند. میوه‌اش پوشینه‌ای کروی‌دارد که‌درواریته‌های کشت داده شده ناشکوفاست. طول دانهٔ کتان ۴–۶میلی‌متر، بیضوی، براق و به رنگ زرد مایل به‌قهوه‌ای تا قهوه‌ای‌کامل است.

زیستگاه: کتان به‌حالت‌وحشی نمی‌روید. در بسیاری از نقاط دنیا به‌منظور استفاده از الیاف و روغن دانهٔ آن کاشته می‌شود. دانهٔ کتان که مصرف دارویی دارد بیشتر در انگلستان، هلند، مراکش و آرژانتین کاشته می‌شود.

قسمت مورد استفاده: دانه

ایران: کتان به‌علت مصارف مهمی که‌در صنعت دارد غالباً پرورش می‌یابد. به‌حالت خودرو نیزدر نواحی‌مختلف ایران می‌روید.

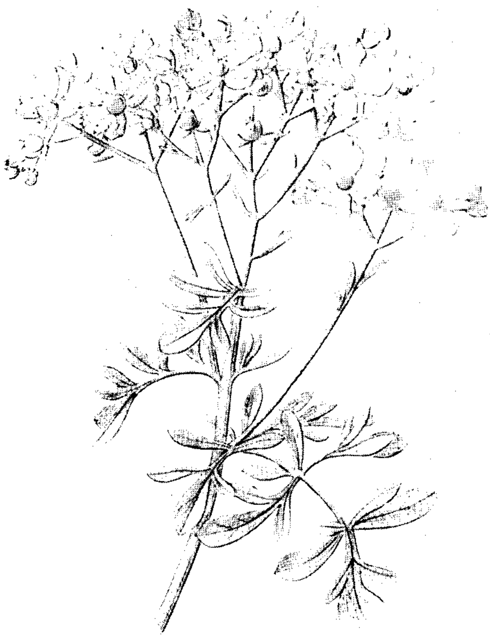
ترکیبات واثر: اپیدرم‌دانهٔ کتان حاوی مقادیر زیادی موسیلاژ است. خود دانهٔ آن ۳۰–۴۰ درصد روغن ثابت و مادهٔ دیگری دارد که تحت اثر آب اسید پروسیك (Prussic acid) ایجاد می‌کند، به‌خاطرعمل موسیلاژ آن در روده خاصیت مسهلی دارد. همچنین این موسیلاژ به خاطر متورم شدن، روده را نرم‌می‌کند. روغن ثابت‌آن نیزچنین نقشی دارد. در استعمال خارج دانه‌های خرد شده‌آن به‌شکل ضماد التیام‌آبسه‌ها وزخمهای چرکی را تسریع می‌کند و درد رماتیسم را تسکین می‌دهد.

مصرف: دانهٔ کتان از راه خوراکی به عنوان یك مسهل خورده می‌شود (۱–۲ قاشق مرباخوری دانهٔ‌کتان را به مدت ۲–۴ساعت در نصف لیوان آب بریزید، بگذاریدمتورم شود و سپس موسیلاژ حاصل را تنها یاهمراه با دانه‌ها ببلعید). از طریق خارجی مخلوط دانهٔ خرد شده کتان با آب‌گرم به‌شکل ضماد برای التهابات، زخمهای چرکی و انواع کوفتگیها به‌کار می‌رود. همچنین گاهی برای از بین بردن التهاب مثانه وکلیه‌ها مصرف می‌شود ولی اثر واقعی ندارد.

Rue

اسپند

(*Ruta graveolens* L., Rutaceae), Herb of Grace, Garden Rue.



شرح: اسپند گیاهی پر پشت، پایا با ساقه‌های گرد و منشعب زیاد است. برگهایی متناوب و تك شاخه‌ای به‌طول ۱/۵ سانتی‌متر دارد که هر برگچهٔ آن دوباره به سه برگچه دیگر تقسیم می‌شود. برگچه‌های ستبر ودارای غدد روغن‌دار، نیمه‌شفاف وکوچك است. قطر گلهای آن ۱۲ میلی‌متر، چتری‌شکل با ۴ یا ۵ گلبرگ به‌رنگ زرد مایل به‌سبز و قاشقی‌شکل است. درفاصله ماههای خرداد تا مرداد شکوفه می‌دهد. بوی معطری دارد و مزه‌اش تند و گس وکمی تلخ است.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای گیاه (یا فقط برگها) به‌شکل تازه یا خشك.

زیستگاه وگردآوری: اسپند بومی مناطق مدیترانه‌ای است ولی سالهاست در بریتانیا باکاشتن دانه یا قلمه‌زدن تکثیر می‌شود. آن‌را در سایه می‌خشکانند.

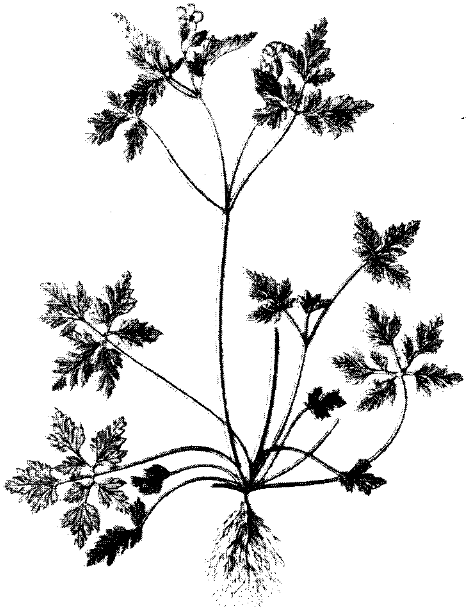
ایران: اسپند در حاشیه کویرهای ایران در مسیر راه تهران به‌اصفهان، تهران به‌قزوین اطراف کرج، جاده تفرش، بوشهر و نواحی شمالی می‌روید.

ترکیبات واثر: این گیاه حاوی اسانس فرار، یك تانن، آلکالوییدهای مشتق‌ازکومارین و فلاونوییدِ گلیکوزیدی به نام روتوزید (rutoside) است. مقادیر زیاد اسانس فرار آن سمی است. اسپند جریان خون را در اندامهای شکم بخصوص رحم بهبود می‌بخشد و ممکن است این اثر با تأخیر شروع شود. همچنین یك محرك موضعی است و خاصیت اشتها آور، پیشاب آور و ضد اسپاسم دارد. جریان خون داخل مویرگی را نیز افزایش می‌دهد. مقادیر زیاد آن سمی است و با سرگیجه و حالت آشفتگی همراه است.

مصرف: اسپند به‌علت‌سمیت باید بااحتیاط خورده شود و در دوران بارداری بهیچوجه مصرف نشود. تیزان آن به‌شکل کمپرس برای رفع التهابات چشم بکار می‌رود. برگهای تازهٔ آن‌را می‌توان برروی زخمها مالید.

Herb Robert

(*Geranium robertianum* L., Geraniaceae).



شرح: گیاهی است یکساله، خمیده یا ایستاده به ارتفاع ۱۵–۵۰ سانتی‌متر که‌رنگ تمام قسمتهای آن کم وبیش متمایل به‌سرخ است. ساقه‌های آن منشعب و کمی کرکدار است. برگها به‌طور متقابل، کمی کرکدار و پنجه‌ای با ۳–۵ برگچه است که هریك با بریدگیهای عمیقی تقسیم‌می‌شود. طول گلهای آن ۸–۱۵ میلی‌متر، به رنگ صورتی روشن است که در گروههای ۲–۴ تایی برروی هر پایك قرار دارد. میوه‌اش ۲ سانتی‌متر طول‌و انتهایی تیز دارد. دربین ماههای اردیبهشت تا مهر شکوفه می‌دهد. بویی قوی و نامطبوع دارد. مزه‌اش قابض و تلخ است.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای گیاه گلدار(بهتراست همراه با ریشه استفاده‌شود) تازه یا خشك.

زیستگاه وگردآوری: در جنگلها، کنار پرچین‌ها، روی دیوارها وصخره‌ها درسراسر اروپا می‌روید. در بریتانیا فراوان است. در هنگام تابستان آن را جمع‌آوری می کنند ودر سایه می‌خشکانند.

ایران: این گیاه در آذربایجان، نقاط مختلف البرز و دامنه های مرطوب شمال می‌روید.

ترکیبات واثر: این گیاه حاوی تانن و اسانسهای فرار است (بویژه درگیاه تازه و در هنگام خشکاندن مقدار زیادی ازآن ازبین می‌رود). دارای خواص قابض، بندآورنده خون، ضداسهال و پیشاب‌آوری ملایم است.

مصرف: از راه خوراکی به‌شکل تیزان (نیم‌لیترآب سرد را روی یك‌قاشق‌غذاخوری گیاه بریزید، بگذاریدبماند وسپس بجوشانید) برای درمان اسهال،خیزعمومی والتهاب‌مثانه (بندرت) مصرف می‌شود. در استعمال خارج آن را برروی زخمها، بثورات جلدی و التهابات عمومی‌مخاط دهان می‌مالند. ازبرگ کوبیدهٔ آن می‌توان برای این منظور استفاده کرد. بهتر است برای از بین بردن التهاب مخاطهای دهان برگهای تازهٔ این گیاه را جوید.

Polygala

علف شیر

(*Polygala amara* L. = *P. amarella* Crantz, Polygalaceae), Milkwort.

شرح: علف‌شیر گیاه کوچك پایایی به‌طول ۵–۲۰ سانتی‌متر با ریشه راست و به‌رنگ سبز روشن است. ساقهٔ گلدار آن غیر منشعب است که از یك طوقی پایه‌ای با برگهای بیضوی کوچك بوجود می آید(سایر گونه‌های علف‌شیر یك طوقی پایه‌ای از برگها ندارند). برگهای ساقهٔ این گیاه درسطح تحتانی متناوب کوچك و بیضوی است. گل آذین آن کشیده، جانبی، با گلهای کوچك به‌طول شش میلی‌متر به‌رنگ زردکمرنگ یا آبی تیـره و بندرت صورتی رنگ است. شکـل ظاهـری آن پروانه‌ای است. بین ماههای خرداد تا مرداد شکوفه می‌دهد. مزهٔ آن کمی تلخ است.

قسمت مورداستفاده: گیاه گلدار خشك و بندرت ریشه.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه درمحیط‌های مرطوب (کشتزارها، گوشه جنگلها، کنار جاده‌ها) و گاهی نیز درمحلهای خشك می‌روید. بومی انگلستان است ولی بندرت روی مراتع گچی و آهکی می‌روید. گیاه گلدار آن‌را گردآوری می کنند ودرسایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ترکیبات و اثر: علف شیر حاوی ساپونینها ویك مادهٔ تلـخ است. در برونشیت مصـرف می‌شود. یك مسهل ملایم و یك پیشاب آور است. تأثیر آن بر ترشح شیر مورد تردید است.

مصرف: جوشاندهٔ این گیاه (نیم لیتر آب سـرد را روی یـك قاشق غـذاخوری گیاه کامـلا ریز شـده بریزید، به‌مـدت ده دقیقه



بجوشانید و بگذارید بماند) اساساً برای التهاب برونشها (برونشیت) و بندرت به‌عنوان تصفیه کننده یا برای درمان خیز عمومی بدن و افزایش ترشح شیر در مادران شیرده مصرف می‌شود که البته این اثـر قطعی نیست. به‌جای علف شیر اغلب از علف شیر معمولی (P.vulgaris L.) استفـاده می‌شود کـه در بریتانیا بیشتر در علفزارها، دشتی خلنگزارهـا، توده‌های شنی ساحلی و غیره دیده می‌شود. گیاه اخیر خواص مشابهی با علف شیر دارد ولی مـواد تلخ و خاصیت مقوی آن‌را ندارد.

شاه بلوط هندی

Horse Chestnut

(*Aesculus hippocastanum* L., Hippocastanaceae).



شرح : درختی بزرگ با برگهای پهن است که ارتفاع آن به ۳۰ متر می‌رسد. پوست آن در ابتدا نرم و سپس پولک‌دار می‌شود. برگها دارای دمبرگ دراز، انگشتی با ۵-۷ برگچه است. گلهای سفید، صورتی یا زرد کمرنگ آن به شکل گل آذین مستقیم یا مخروطی است. میوهٔ سبزرنگ آن پوشینه و خاردار است وحاوی یك یا دو دانه قهوه‌ای است.

قسمت مورداستفاده: دانهٔ تازه که از پوسته‌اش جدا شده است وبندرت پوست شاخه یا جدارمیوه.

زیستگاه وگردآوری: گیاه بومی آلبانی و یونان است که درسطح وسیعی کاشته می‌شود. دانه‌ها درپاییز و پوست دربهار گردآوری می‌شود.

ایران: این درخت درنواحی کوهستانی ایران بدون تعیین دقیق محل رویش می‌روید. پرورش آن به‌عنوان زینت درنواحی مختلف ایران معمول است.

ترکیبات واثر: شاه‌بلوط هندی‌ساپونینی به‌نام‌آسین (aescine) داردکه‌ترکیب‌اصلی و فعال این گیاه است ولی فلاونها، کومارین وتاننهای دانه نیز فعال است. عمل‌آن قوی‌کردن رگهای خونی برای جلوگیری از تشکیل لخته است. رگها را قوی می کند و دردهای بواسیری راتسکین می‌دهد.دانه‌های آن سمی‌است وتاکنون باعث بروز حوادثی درکودکان شده‌است.

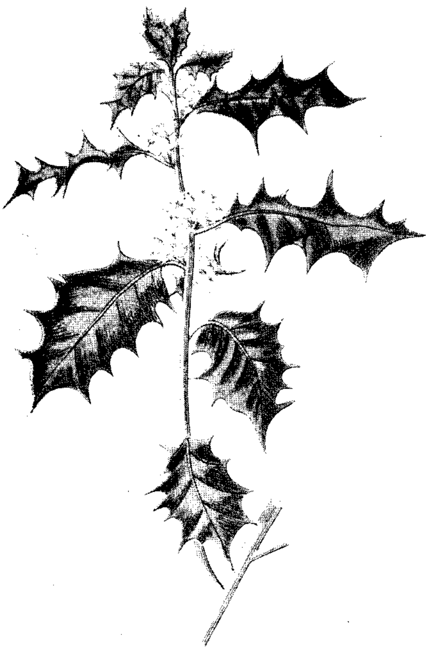
مصرف: قبلا ازدانه وپوست خشك شده شاه بلوط هندی در طب خانگی برای درمان خونریزی بواسیر وخونریزی رحم استفاده می‌شده است. امروزه، تحت‌نظارتهای‌پزشکی عصارهٔ این گیاه به شکل قطره یا فرآورده تزریقی برای‌مواردتوقف جریان خون‌وریدی، واریس وانعقاد خون مصرف می‌شود.

Holly

خاس، راج

(*Ilex aquifolium* L., Aquifoliaceae), Common Holly, Holm, Hulm, Hulver Bush.

شرح: راج درخت یا درختچه همیشه سبزی است که ارتفاع آن بین ۱–۵ متر و بندرت تا ۱۲ متر است. برگهای آن چرم‌مانند با سطح فوقانی سبز تیره و سطح تحتانی سبز روشن است، این برگها بیضوی یا مخروطی است و حاشیهٔ کم و بیش موجی و خاردار دارد. برگ درختهای قدیمی تر براق‌تر است و کمتر خار دارد. گلهای آن کوچك، سفید یا سفید مایل به سرخ، دوپایه (نر و ماده روی گیاهان جداگانه قرار دارد) و دارای چهار گلبرگ است. میوه‌اش کاملا سرخ است. در فاصلهٔ ماههای اردیبهشت تا خرداد گل می‌دهد.



قسمت مورد استفاده: برگ تازه یا خشك.

زیستگاه و گردآوری: خاس در بیشه‌ها، جنگلهای کنار دریا و بندرت در اراضی جنگلی یا جنگلهای گیاهان سوزنی برگ مشاهده می‌شود. به‌طور معمول در اروپای غربی و جنوبی و بوفور در بریتانیا می‌روید. برگهای آن را می‌توان درطول سال گردآوری کرد و درسایه یا آفتاب خشکاند.

ایران: این گیاه درجنگلهای نواحی شمالی ایران و سراسر ارتفاعات آستارا می‌روید.

ترکیبات و اثر: تنها ترکیب شناخته شدهٔ فعال برگهای این گیاه تانن و یك مادهٔ تلخ است. خاصیت تب‌بر دارد، سرفه را تسکین می‌دهد و یك پیشاب‌آور ملایم است. به ترشح صفرا کمك می‌کند (این اثر مشکوك است). دانه‌های آن تهوع و اسهال شدید ایجاد می‌کند.

مصرف: تیزان ان (۷۵۰ میلی‌لیتر آب سرد را روی ۱–۲ قاشق غذاخوری برگ کاملا خرد شده و ریز شده بریزید، به‌مدت ده دقیقه بجوشانید و بگذارید سرد شود) اساساً برای درمان انفلوانزا، التهاب برونشها (برونشیت) وذات‌الریه مصرف می‌شود، خیلی بندرت به عنوان پیشاب‌آور درخیز عمومی بدن و نیز در رماتیسم از آن استفاده میشود.

Buckthorn

خوشه انگور،

(*Rhamnus catharticus* L., Rhamnaceae) Common Buckthorn, Hartsthorn.

آش انگور



شرح: بوته یا درخت کوچك برگ ریزی به ارتفاع ۲ـ۳ متر، بندرت تا ۵ متر و دارای پوست مایل به سیاه است. شاخه‌ها روبروی یکدیگر و پراکنده است ومعمولا به خار ستبری منتهی می‌شود. برگهای آن بیضوی تا تقریباً گرد، به طول ۲ـ۹ سانتی‌متر و عرض ۱ـ۴ سانتی‌متر است و حاشیه‌دارای دندانه‌دار ریز و رگبرگهای جانبی برجسته است. گلهای آن کوچك به رنگ زرد مایل به سبز، نامشخص و به شکل سنبله است. میوه‌اش به‌شکل سته سیاه ارغوانی مایل به‌سیاه به‌قطر ۶ـ۱۰ میلی‌متر و دارای ۳ـ۴ دانه‌سخت است. میوهٔ آن در ماههای شهریور ــ مهر می‌رسد.

قسمت مورد استفاده: میوهٔ تازه یا خشك.

زیستگاه و گردآوری: در پرچینها، بیشه‌ها وجنگلها در مناطق سنگی اروپا یافت می‌شود. بومی انگلستان و ویلز است ولی به‌حد وفور وجود ندارد. بندرت در اسکاتلند می‌روید.

ایران: در نواحی شمالی ایران، دیلمقان، لاهیجان و خلخال می‌روید. اسامی محلی: این گیاه در کتول به‌خوشه‌انگور و آش‌انگور، در کلاردشت به‌خرزل، درزیارت گرگان به اشنگور، در لاهیجان به‌خرزل ودرخلخال به اجاره موسوم است.

ترکیبات واثر: میوه‌های آن حاوی مشتقات آنتراکینون است که اثر مسهلی قوی بویژه در روده بزرگ دارد. بامقادیر زیاد ایجاد استفراغ می‌کند وممکن است روده را آنقدر تحریك کند که سبب خونریزی شود.

مصرف: میوه‌های تازه یا خشك آن را به عنوان مسهل می‌توان جوید (۱۰ـ۲۰ عدد آن را صبح با مربا یا یك سیب می‌خورند)، نباید آن را به کودکان داد. شربت این گیاه نیز بسیار مؤثر است.

Alder Buckthorn

سیاه توسه

(*Frangula alnus* Mill., Rhamnaceae), Frangula Bark.



شرح: سیاه توسه بوته برگ ریز یا درخت کوچکی است به‌ارتفاع ۱ـ۴ متر، با شاخه‌های نرم بالا رونده دریك زاویهٔ تنگ نسبت به‌ساقهٔ اصلی که بدون خاراست. پوست آن سبز مایل به‌سیاه است و درسطح خارجی دارای عدسك (منفذ یا خلل وفرج گیاهی) متعدد می‌باشد. سطح داخلی پوست تازهٔ آن زرد است و سپس قهوه‌ای می‌شود. برگها بزرگ، گسترده، بیضوی ومعمولا یکدست است. سطح بالایی آنها براق ودارای ۶ـ۱۰ رگبرگ ثانوی برجسته است. گلهای آن کوچك وغیرمشخص به‌رنگ سفید مایل به‌سبز است که به‌شکل سنبله‌های ۲ـ۸ تایی درمحور برگها قراردارد. میوه‌اش به شکل دانه مایل به‌آبی تاسیاه و به‌اندازهٔ یك نخوداست.

قسمت مورداستفاده: پوست خشك.

زیستگاه وگردآوری: بر روی خاکهای مرطوب جنگلها (معمولا در خاکهای خشك دیده نمی‌شود) و زیر آشکوب (undergrowth) در جنگلهای باز اروپا می‌روید. بومی و معمولا پراکنده است ولی گیاه محلی انگلستان وویلز است. پوست آن‌را باید در فروردین ـ اردیبهشت از شاخه‌ها جدا کرد و بسرعت حتی در نور آفتاب خشکانند.

ترکیبات واثر: دارای مشتقات آنترا ـ کینون و اثر مسهل بویژه در رودهٔ بزرگ است. همچنین ترشح صفرا راتحریك می‌کند اثر آن با مقادیر متوسط خفیف است. گیاه تازهٔ آن ایجاد استفراغ می‌کند.

مصرف: معمولا به شکل عصارهٔ مایع مصرف می‌شود (۲۰ـ۴۰ قطره آن‌را درآب می‌ریزند و در شب می‌خورند). شربت آن‌را روزانه ۱ـ۲ قاشق غذاخوری می‌خورند. بندرت به‌شکل تیزان (۲۰۰ میلی‌لیتر آب‌سرد را روی یك قاشق غذاخوری از پوست‌کاملا نرم شدهٔ آن می‌ریزند، به مدت ده دقیقه می‌جوشانند و می‌گذارند بماند) به عنوان مسهل مصرف می‌شود.

ختمی

Marshmallow

(*Althaea officinalis* L., Malvaceae), Althaea, Mallards.



شرح: ختمی گیاه پایایی به ارتفاع ۷۰ سانتی‌متر تا دومتر وپوشیده ازکرکهای‌مخملی است. ریشهٔ آن به رنگ زرد کرمی و ساقه‌آن عمودی وکرکدار است. برگهای‌آن کرکدار بادمبرگ کوتاه و۳ـ۵ لب است و برگهای‌بالایی‌دارای بریدگیهای کم‌عمق‌تری از برگهای پایینی است. گلهای آن دارای پنج گلبرگ سفید یا صورتی، بیضوی‌یاقلبی‌شکل وپرچمهای متعدد با بساك قرمز مایل به ارغوانی تا بنفش تیره است.

قسمت مورداستفاده: ریشه، برگ، گل.

زیستگاه وگردآوری: گیاه بومی باتلاق‌های نمکی اروپای شرقی است. در سراسر اروپا در محلهایی که چیزی کاشته نمی‌شود به‌مقدار زیاد پراکنده است. در بریتانیا در سواحل مردابهای نمکی می‌روید. به‌عنوان یك گیاه دارویی در باغها کاشته می‌شود و با قلمه‌زدن ریشهٔ آن و بندرت توسط دانه‌تکثیر می‌شود. در اواخر پاییز آن را گردآوری کرده و ریشهٔ آن‌را در محلی خشك انبار می‌کنند و سپس پوست آن را می‌کنند و در حرارت ۵۰ـ۶۰ درجه سانتی‌گرادمی‌خشکانند بازدهٔ عمل ۱۰ـ۱۸ کیلوگرم در هر صد متر مربع است.

ایران: این گیاه‌دراطراف تهران،نواحی مختلف البرز، اطراف رودخانهٔ کرج، اراك، آذربایجان، نواحی شمالی ایران، گیلان می‌روید.

ترکیبات واثر: موسیلاژ ختمی ۱۰ درصد قند دارد. دم‌کردهٔ ریشهٔ آن‌برای مخاطهانرم‌کننده‌است.همچنین‌برای‌پوشاندن مزهٔ‌نامطبوع بعضی‌ازداروها ازآن‌استفاده می‌شود. مصرف آن برای تسکین سرفه تأثیرکمی دارد.

مصرف: دم‌کردهٔ آبکی (نیم‌لیترآب سرد ر بر روی دو قاشق مرباخوری گرد بسیار ریز ریشه می‌ریزند و ۳ـ۱۰ ساعت نگه‌می‌دارند و بعدآن را شیرین می‌کنند) آن را در درمان سرفهٔ کودکان و افراد مسن مصرف می‌کنند.همچنین به‌عنوان‌نرم‌کنندهٔ مخاط‌روده در اسهال مصرف می‌شود. شربت ختمی نیز اثر مشابهی دارد. اثر آن بر روی التهاب مثانه بسیار مشکوك است.

Hollyhock

(*Althaea rosea* (L.) Cav., Malvaceae), Garden Hollyhock.

شرح: گیاه پایا یا دوساله‌ای است که‌در سال اول یك طوقی پایه‌ای از برگها تشکیل می‌دهد که در سال دوم یا سالهای بعد به‌شکل عمودی، تنومند و کرکدار در می‌آید. ساقهٔ گلدار آن بیش ازدومتر ارتفاع داردوبندرت منشعب است. برگهـای آن دمبرگهای دراز دارد و قلبی‌شکل با ۵–۷ لوب یا زاویه، کم‌و بیش دارای‌دندانه‌های عمیق وکرکدار است. قطر گلها ممکن است به‌بیش از ۱۰ سانتی‌متر برسد وگلها بر روی دمگلهای کوتاه درمحور برگها قرار دارد وممکن‌است ساده‌یامضاعف باشد. از نظر گیاه شناسان گلهای مضاعف ترجیح‌دارد. گلهای ساده پنج گلبرگ وپرچم‌های متعدد دارد و رنگ آنها از صورتی‌کم رنگ یا زرد تا ارغوانـی تیره متغیر است. برای مصـارف داروئـی معمولا از گلهای ارغوانی تیره استفاده می‌شود.از خردادتامهر گل می‌دهد.



ایران: این گیاه درگیلان ونواحی‌خشك ایسپیلی می‌روید.

قسمت مورداستفاده: گلهای خشك با یا بدون‌کاسه.

زیستگاه وگردآوری: گونه‌های‌آن بومی اروپا نیست ولی‌یکی از قدیمیترین گیاهانی است که در انگلستان‌کاشته می‌شود.کاشت‌آن به‌وسیلهٔ دانه است کـه ممکنست در پاییز در نواحی سایه‌دار کاشته شود. گلهـای آن را می‌توان در سال دوم یا سالهـای بعد در یك روز خشك گرد آوری کـرد و در سایه در حرارت زیر ۶۰ درجه سانتی گراد خشکاند. بازدهٔ عمل ۶–۱۲ کیلو گرم گل با کاسهٔ آن در هر صد مترمربع است. (حـداکثر بازدهٔ گلها درسال دوم و سوم است و بازدهٔ‌گیاهان قدیمی‌کمتر است).

ترکیبات واثر: حاوی موسیلاژ، مقادیـر کمی اسانس فرار و تانن است. همچنین در گلهـای تیـــره آن رنگــدانــه‌ای از دسته آنتوسیانین‌ها (anthocyanin) وجود دارد. دارای خواص ضد التهابی و مسهلی ملایـم است. اثر آن به‌عنوان یك شفا دهنده سرفـه مورد تردید است.

مصرف: تقــریباً همیشه به شکل تیزان ، معمولا در مخلوطها برای برونشیت و گاهی دهان شویه مصرف می‌شود. بندرت به عنوان یك مسهل ملایم مصرف می‌شود ولی این اثر ضعیف ونامشخص است. ازگلهایی که رنگ تیره دارد برای رنگ کردن شراب استفاده می‌شود.

Mallow

پنیرك

(*Malva neglecta* Wallr. = Dwarf Mallow, *M. sylvestris* L. = Common Mallow or Blue Mallow, Malvaceae).



شرح: پنیرك (Dwarf mallow) گیاه خزنده و پایایی به ارتفاع ۱۰–۱۵ سانتی‌متر و ساقه‌های کرکدار منشعب است. برگهای آن دارای پایه‌های دراز، قلوه‌ای شکل یا تا اندازه‌ای گرد با ۵–۷ لوب و کرکدار است. رنگ گلها صورتی تا سرخ و قطر آنها ۱۵ میلی‌متر است. پنیرك معمولی (Common mallow) معمولا پایا و دارای ۳۰–۱۵۰ سانتی متر ارتفاع و ساقه‌های ستبر، منشعب و کرکدار است. برگهای آن کرکدار، قلوه‌ای شکل یا تا اندازه‌ای گرد است و دارای لوبهای عمیق‌تری از گونهٔ قبلی است. گلهای آن بزرگ به‌طول ۴ سانتی‌متر و صورتی تا سرخ رنگ است. درهردو گونه میوه‌مسطح، دکمه‌ای شکل و دارای قسمتهای متعدد است. در ماههای اردیبهشت تاشهریور گل می‌دهدونسبتاً خوشبو است. مزه آن موسیلاژی است.

قسمت مورداستفاده: برگهای خشك و خیلی بندرت گلهای پنیرك معمولی.

زیستگاه وگردآوری: هردوگونهٔ این گیاه در محلهای مرطوب، کنارجاده‌ها، مزارع و غیره یافت‌می‌شود. در بریتانیا نیز وجود دارد. آن‌رادرماههای‌خردادتامرداد گردآوری کرده و بسرعت درسایه می‌خشکانند.

ایران: این گیاه در نواحی مختلف ایران از جمله اطراف تهران، گیلان، آذربایجان، نواحی غربی دریای خزر، مرکز ایران، اصفهان، خراسان وجنوب ازجمله‌بندرعباس، قشم و نیز کرمان، بلوچستان واراك می‌روید.

ترکیبات و اثر: هر دو گونهٔ گیاه حاوی موسیلاژ، اسانس‌فرار ومقدار کمی تانن‌است. دارای خواص ضد التهابی و مسهل ملایم است.

مصرف: تقریباً همیشه به شکل دم کرده (یك لیترآب سرد را برروی یك‌مشت ازگیاه می‌ریزند و ۲–۳ دقیقه می‌جوشانند) برای کمپرس کردن آبسه‌ها، کورکها، جوشها و غیره مصرف می‌شود. بندرت ازراه خوراکی به‌عنوان یك مسهل ملایم استفاده می‌شود.

Lime

زیرفون

(*Tilia cordata* Mill. = Small-leaved Lime, *T. platyphyllos* Scop. = Large-leaved Lime, Tiliaceae), Linden Flowers.



شرح: هر دو گونهٔ این گیاه درختان بزرگی است . حاشیهٔ برگهای گونهٔ Small-leaved lime دندانه‌های نوك تیزی دارد. بر روی قسمتهای پایه‌ای رگبرگهای ثانوی رشته‌های قهوه‌ای رنگ تاروجود دارد. گل آذین آن شامل ۵–۱۱ گل روی یک دمگل منفرد با یک برگک نیزه‌ای و متصل به پایه است. هر گل پنج کاسبرگ مایل به‌سبز تاسفید، پنج گلبرگ و تعداد زیادی پرچم دارد. گونهٔ large -leaved lime برگهای بزرگتری با رشته تارهای سفید رنگ بر روی قسمتهای پایه‌ای و برگهای ثانوی دارد و در گل آذین فقط ۳–۶ گل وجود دارد. در بین ماههای اردیبهشت تا تیر گل می‌دهد. در اروپای مرکزی T.argenta دارای برگهایی با سطح تحتانی سفید نقره‌ای رنگ است و American Lime با برگهای بزرگتر و گلهای با ۱۰ گلبرگ نیز یافت می‌شود. گلهای این دو واریته نباید به عنوان دارو مصرف شود زیرا ممکن است در بعضی اشخاص استفراغ واسهال ایجاد کند.

قسمت مورد استفاده: گلهای خشك و بندرت پوست.

زیستگاه و گردآوری: هر دو گونهٔ این گیاه بصورت وحشی در جنگلها و بیشه‌ها وجود دارد و اغلب کاشته می‌شود. بومی بریتانیاست بخصوص روی خاکها یا سنگهای آهکی دیده می‌شود، غالباً کاشته می‌شوند. گلهای آن‌را بلافاصله پس‌از بازشدن گردآوری کرده ودر سایه در حرارت ۳۵ درجه سانتی گراد می‌خشکانند. پوست آن را باید در ماههای فروردین تا اردیبهشت گردآوری کرد.

ایران: این گیاه در بلوچستان می‌روید.

ترکیبات و اثر: گلهای این گیاه حاوی اسانس‌فرار، موسیلاژ، تانن ومقدار کمی ساپونین است. اثرعرق‌آور (Sudorific) و مسهل ملایم دارد. پوست آن مقدار زیادی تانن وموسیلاژ دارد و خاصیت ضد التهابی دارد.

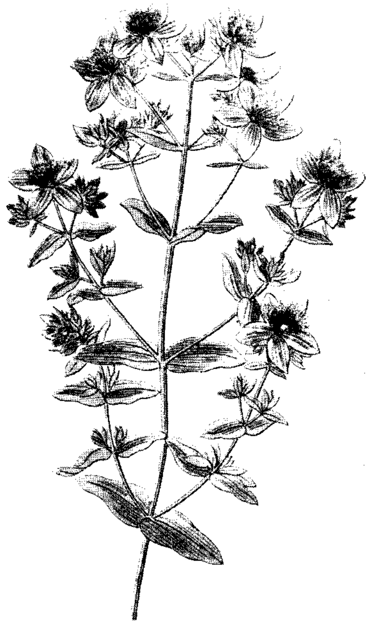
مصرف: از گلهای این گیاه به‌عنوان‌عرق‌آور و برای رفع تشنگی در اختلالات ناشی از چایمان مصرف می‌شود(آب جوش را بر روی گلها بریزید و بگذارید بماند ، آن را نجوشانید زیرا بخاطر تجزیه ترکیبات فعال آن یك رنگ قرمزایجاد می‌شود). ازدم کردهٔ پوست این گیاه به‌شکل مالیدنی استفاده می‌شود ولی از پوست آن در ضمادها استفاده می‌شود.

St John's Wort

علف‌چای،

گل راعی، هوفاریقون

(*Hypericum perforatum* L., Hypericaceae).



شرح: گیاهی پایا به‌ارتفاع ۲۵–۹۰ سانتی‌متر است که ساقه‌های آن درقاعدهٔ گیاه منشعب‌تر و دارای دوخط برجسته در طول خود است. برگهای آن متقابل، بیضوی، به‌طول ۱/۵–۳ سانتی‌متر، کامل، بدون کرك و تعداد زیادی غدد روغنی کروی و شفاف در سطح آن با نقاط کوچك و سیاهرنگ در کناره‌هاست. گلهای آن به‌رنگ زرد طلایی به‌قطر ۲۰–۲۵ سانتی‌متر و به‌شکل دیهیم انتهایی است. در پنج گلبرگ بیضوی آن نقاط ترشحی سیاهرنگ مشاهده می‌شود که در موقع فشار دادن روغن قهوه‌ای تیره‌رنگی از آن تراوش می‌شود. زمان گل دادن آن از اواخر اردیبهشت تا اواخر مهرماه است.

قسمت مورد استفاده: سرشاخه‌های گلدار تازه یا خشك و نیز گلهای تازه.

زیستگاه و گردآوری: علف‌چای در جنگلها، پرچینها، بیشه‌ها و کنار جاده‌های اروپا مشاهده‌می‌شود. در بریتانیا به‌وفور بخصوص بر روی خاکهای آهکی می‌روید. دربین‌ماههای خرداد تا شهریور آن‌را گردآوری کرده و در سایه می‌خشکانند.

ایران: این گیاه در نواحی مختلف البرز، کرج، راه چالوس، رضائیه، شمال ایران، گیلان، لاهیجان، طالش، خراسان، مغرب ایران بروجرد، کوه الوند و نهاوند می‌روید.

ترکیبات واثر: علف‌چای حاوی تانن، مقدار کمی اسانس فرار، فلاونوییدها و رنگدانه قرمزی بنام (hypericine) است. از طریق داخلی این گیاه اثر ضد اسپاسم، ادرارآور ملایم و تحریك ترشحات دستگاه گوارش بخصوص صفرا را دارد. اگرحیوانات آن‌را بخورند هیپریسین موجود آن ایجادحساسیت نسبت به‌نور (Photosensitivity) در آنها می‌کند. باعث بهبود زخمها، بریدگیها و سوختگیها می‌شود.

مصرف: تیزان تهیه شده از گیاه خشك علف‌چای (۱–۲ قاشق غذاخوری از گیاه را در یك لیتر آب سرد بریزید، بجوشانید و بگذارید بماند) در اختلالات گوارشی، بخصوص وقفه ترشح صفرا و قاعدگی نامنظم مصرف می‌شود. از طریق خارجی به شکل روغن علف چای (صد گرم سرشاخهٔ گلدار کوبیده و تازه گیاه را به مدت ۱۵ روز در آفتاب در ۲۵۰ گرم روغن‌زیتون بخیسانید، مرتب تکان بدهید، بگذارید بماند و سپس صاف کنید) برای التیام زخمها وخونمردگی استفاده می‌شود.

Heartsease

بنفشه فرنگی،

(*Viola tricolor* L., Violaceae), Wild Pansy, Love-Lies-Bleeding, Herb Trinitatis.

بنفشه سه‌رنگ



شرح: گیاهی یکساله است که ارتفاع آن تا ۳۵ سانتی‌متر می‌رسد. برگهایش بسیار متنوع، به‌طول ۴ـ۱۰ سانتی‌متر، قلبی‌شکل تا نیزه‌ای و دارای بریدگیهای عمیق است. برگهای ساقه همیشه بریدگیهای منقطع و گوشواره‌های چنگی‌شکل دارد. گلبرگ گلها زرد یا چندرنگی است و این نوع از نظر گیاه‌شناسان برتری دارد. در بهار تا آخر تابستان گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: سرشاخه‌های گلدار گیاه یا گیاه‌کامل خشك شده با ریشه (برای مصارف خانگی).

زیستگاه و گردآوری: علف آن درزمین مرطوب و علفزار کاشته می‌شود. در بریتانیا وجود دارد. اغلب در باغها به‌وسیلهٔ دانه در فروردین تا اردیبهشت کاشته می‌شود و گلهایی با رنگهای مختلف دارد. در موقع گل دادن آن را گردآوری کرده و بسرعت در سایه می‌خشکانند.

ایران: در نواحی شمالی ایران مشاهده می‌شود.

ترکیبات واثر: در تمام قسمتهای بنفشهٔ سه رنگ ساپونینها، مشتقات اسید سالیسیلیك وفلاونوییدها وجود دارد. دارای اثر ادرارآور، تب‌بر و عرق‌آور است و برای درمان التهاب مخاط برونشها و رماتیسم استفاده می‌شود.

مصرف: ازطریق خوراکی همیشه به‌شکل تیزان (دوقاشق غذاخوری پراز گیاه نرم شده را با نیم‌لیترآب بجوشانید وبگذاریدبماند) برای خیز عمومی و التهاب مخاط دستگاه تنفسی مصرف می‌شود. برای از بین بردن بثورات پوستی‌درکودکان وبزرگسالان‌استفاده می‌شود. اثرآن از طریق خوراکی با مصرف خارجی کمپرسهای همین دم کرده تقویت می‌شود. همچنین‌برای رماتیسم، بویژه‌رماتیسم مفاصل‌که با تب همراه است مقدار ذکر شده بالا روزی دوبار مصرف می‌شود.

بنفشه، Violet

(*Viola odorata* L., Violaceae), Blue Violet, Sweet Violet.

بنفشه معطر



شرح: بنفشه گیاهی پایا با ریزومهای خزنده منشعب و شاخه‌های خزنده زیرزمینی است که در انتها ریشه می‌دهد. برگهای آن که همزمان با گلها ظاهر می‌شود کوچك، به‌طول ۲ـ۴ سانتی‌متر، قلبی شکل تا بیضوی پهن با حاشیه‌های دندانه‌دار است. برگهایی که بعد از گلهای بهاری بوجود می‌آید بزرگتر است. گلهای آن در فروردین تا اردیبهشت ظاهر می‌شود، به‌رنگ بنفش تیره ومعطراست وعموماً عقیم است. در مردادماه گیاه بزرگتر شده، درخشندگی گلها کم‌شده و کاسبرگها بیرنگ می‌شودکه علائم باروری وتشکیل‌دانه است.

قسمت مورداستفاده: گلهای خشك، قسمتهای خشك‌شده هوایی گیاه، تمام‌قسمتهای گیاه به‌همراه ریشه به‌شکل خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: در ساحل رود ـ خانه‌ها، زیر پرچینها، در جنگلها وکشتزارها می‌روید. در اروپا به‌فراوانی پراکنده است. در بسیاری از قسمتهای بریتانیا معمولا در خاکهای آهکی مشاهده می‌شود. گلهای آن‌را در فروردین تا اردیبهشت گردآوری‌می‌کنند. گیاه‌کامل را باید دربهار موقع گل‌دادن گرد‌آوری‌کرد. درسایه خشکانده می‌شود.

ایران: بنفشه معطر در بسیاری ازنواحی ایران، مخصوصاً درکوهستانها و زیر سایه درختان می‌روید. در نواحی شمالی ایران، منطقه البرز، رودبار و نواحی مختلف دیگر نیز بچشم می‌خورد.

ترکیبات واثر: تمام قسمتهای گیاه‌حاوی ساپونینها و مشتقات اسید سالیسیلیك است. گلهای آن دارای موادخوشبو است‌که‌ارزش دارویی ندارد زیرا لاله‌آلپی (dog violet) نیزکه گلهای خوشبویی دارد همین اثر را دارد. یك داروی مدر، از بین برنده خلط و خلط‌آور درالتهاب مخاط دستگاه‌تنفسی‌است. بنفشه همچنین تب‌براست ودردهای‌رماتیسمی را تسکین می‌دهد.

مصرف: اساساً به‌شکل تیزان(۱ـ۲ قاشق غذاخوری پر ازگیاه ساییدهٔ‌ریز را بانیم‌لیتر آب بجوشانید و بگذارید بماند) برای رفع التهاب غشاء مخاطی دستگاه تنفس، به‌عنوان یك داروی مفید برای ناراحتیهای سینه (Pectoral) مصرف می‌شود. برای‌این‌منظور می‌توان آن را جانشین ریشه (Senega) یا سایر داروها کرد. از بنفشه بندرت به‌عنوان مدر یا در درمان رماتیسم استفاده می‌شود. برگهای کوبیدهٔ آن‌را گاهی می‌توان برای التیام سریع‌تر روی زخمها مالید.

Mezereon مازریون

(*Daphne mezereum* L., Thymelaeaceae), Spurge Olive.



شرح: درختچه برگ‌ریزی به ارتفاع ۵۰–۳۰۰ سانتی‌متر است و برگهای آن فقط در نوك ساقه ظاهر می‌شود. برگهایش بیضوی یا نیزه‌ای به‌طول ۸ سانتی‌متر و پهنای ۲ سانتی‌متر است. گلها که به‌فاصلهٔ کوتاهی پیش‌از برگها ظاهر می‌شود، خیلی کوتاه، پایه‌دار یا بدون پایه است و در گروههای ۲–۴ تایی شاخه را می‌پوشاند. رنگ گلها مایل به قرمز تاصورتی و دارای نهنج غده‌ای یا قیفی به‌طول ۵–۱۰ سانتی متر و چهار کاسبرگ گسترده است. فاقد گلبرگ بوده و بوی آن قوی و مطبوع است. میوه‌ای به‌شکل یك دانه‌سرخ دارد. در ماه بهمن تا اوایل بهار گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: پوست خشك یا تازه.

زیستگاه و گردآوری: در خاکهای مرطوب جنگلها، بیشه‌ها و دره‌های تنگ و به‌طور عمده در مناطق کوهستانی اروپا یافت می‌شود. بومی انگلستان است و روی خاکهای آهکی می‌روید. پوست آن‌را در فروردین تا اردیبهشت گرد- آوری می‌کنند و در سایه می‌خشکانند.

ایران: این گیاه در شمال غربی ایران، جنگلهای طالش و کلاردشت می‌روید.

ترکیبات و اثر: یك رزین سوزاننده است. مالیدن مقدار جزیی آن بر روی پوست یا مخاطها باعث جمع شدن موضعی خون می‌شود. مالیدن طولانی آن روی پوست ایجاد تاول می‌کند و مالیدن بیشتر و مداوم آن سبب ضایعات بافتهای زیرجلدی می‌شود. ازطریق خوراکی ممکن است ضایعات شدید دستگاه گوارش بدهد. دانه‌های آن نیزسمی است و ۱۰–۱۵ عدد آن ممکن است کشنده باشد.

مصرف: اثرات مازریون شبیه بنفشه است و نباید هرگز آنرا خورد. حتی ازطریق خارجی پوست تازه یا پوست مرطوب وخشك شده را فقط باید با مراقبت زیاد روی زگیلها مالید. بندرت بعنوان یك مالیدنی موضعی برای تسکین درد مصرف می‌شود.

توجه: پوست مازریون فارما کوپهٔ کدکس ۱۹۳۴ از گونه‌های مختلف و D. laureola L. ،D. mezereum L. و D.gnidium L. به‌دست آمده است.
Spurge Laurel(D.laureola L.) بومی بریتانیاست ویك بوته همیشه سبز با گلهای سبز و میوه‌سته سیاه رنگ است. ترکیبات و اثرهای آن شبیه مازریون است.

Sanicle

سانیکو،

(*Sanicula europaea* L., Umbelliferae), Wood Sanicle, Pool Root, Butterwort.

چو بلمه

زیستگاه و گردآوری: درخاکهای حاوی مواد آلی جنگلها و بیشه‌ها می‌روید. بندرت درجنگلهای درختان‌سوزنی برگ (مخروطیان) اروپا مشاهده می‌شود.در بریتانیا درجنگلهای گچی راش(Beechwoods)و جنگلهای بلوط (Oakwoods) به‌طور معمول‌می‌روید. برگهای این گیاه را موقعی که گل می‌دهدگرد آوری می‌کنند. ریزومها را در پاییز گردآوری کرده در سایه می‌خشکانند.

یران: سانیکو در نواحی شمال ایران، بندر گز و مازندران می‌روید.

ترکیبات و اثر: برروی ترکیبات آن از نظر شیمیایی هنوز کاملاً مطالعه نشده است. مقدار کمی اسانس فرار، تانن و یك ساپونین دارد. یك‌داروی ضد التهاب بویژه برروی مخاطهاست و التیام زخم را تسریع می‌کند. اثر فرضی بندآورنده خون‌این‌گیاه(مخصوصاً برای خونریزیهای معده و زیادی قاعدگی) بسیار مورد تردید است و نیاز به‌تحقیق بیشتر دارد.

مصرف: از طریق‌خارجی به‌شکل‌لوسیون (۱ـ۲ قاشق غذاخوری پر گیاه‌کاملاً خرد شده را به‌مدت دودقیقه با یك لیتر آب بجوشانیدو بگذارید بماند) برای التیام زخمها به کار می‌رود. ازبرگهای کوبیدهٔ این‌گیاه نیز اغلب استفاده می‌شود.دم کردهٔ آن‌را می‌توان به‌شکل دهان شویه برای رفع التهاب دهان و گلو مصرف کرد. اثر آن به‌عنوان یك داروی بند‌آورندهٔ خون از طریق خوراکی یا از راه مصرف‌خارجی قطعی نیست.



شرح: گیاهی‌پایا با ریزوم‌وریشه‌چه‌های قهوه‌ای‌کوتاه است. برگهایی به‌طول ۴ـ۱۰ سانتی‌متر، با دمبرگ دراز، گرد یاقلبی شکل دارد. ظاهر برگها پنجه‌ای و مرکب از ۳ـ۵ لوب منقسم و دندانه‌دار است که در قسمت فوقانی آن نامنظم است. طول ساقه ۱۵ـ۵۰ سانتی‌متراست وبه جزدرمنطقه‌گلدار (floral) منشعب است. گل‌آذین‌آن‌از ۱ـ۵ چتراصلی کم‌گل و چترهای فرعی‌تشکیل شده است. رنگ گلها صورتی یاسفید است و در فاصلهٔ ماههای اردیبهشت تا تیر ظاهرمی‌گردد.

قسمت مورد استفاده: برگهای خشك، بندرت‌تمام قسمتهای گیاه‌گلدار یاریزوم آن.

Chervil

جعفری وحشی

(*Anthriscus sylvestris* (L.) Hoffm. = Cow Parsley, Keck ;
A. cerefolium (L.) Hoffm. = Chervil, Umbelliferae).



شرح: Cow Parsley گیاهی است دوساله یا پایا، به‌طول ۵۰–۱۵۰ سانتی‌متر با ساقهٔ پوك و ۲–۳ برگ شانه‌ای است. گلهای آن سفید و چتـری است. Chervil گیاهی یکساله است که ارتفاع ساقه‌اش به ۷۰ سانتی‌متر می‌رسد و شیارهـای ریـزی‌دارد. دارای برگها ۲–۴ شانه‌ای با قطعات بیضوی است‌و دندانه‌های آنها کم‌عمقتر ازگونهٔ قبلی است. تمام قسمتهای گیاه مزهٔ شیرینی‌شبیه به‌مزهٔ دانهٔ رازیانه دارد.

قسمت مورد استفاده: گیاه تازه یاخشك و یا برگ تنها.

زیستگاه وگردآوری: Cow Parsley در سراسر اروپا در مزارع و جنگلها می‌روید. اغلب به‌مقدار زیاد در بریتانیا پراکنده‌است. Chervil در پرچینها و محلـهـای مـرطـوب می‌روید واز پراکنده‌شدن دانه‌ها به‌هنگام کشت حاصل‌می‌شود. و بومی بعضی‌مناطق بریتانیاست. به وسیلهٔ دانه در ردیفهای با فاصلهٔ ۱۵–۲۵ سانتی متر کشت داده می‌شود. برگهای آن را از زمان پیدایش یا موقعی کـه‌گیاه گـل دارد گردآوری می‌کنند و در سایه می‌خشکانند.

ایران: در نواحی مختلف البرزوشاهزاده کوه در ارتفاعات ۲۸۰۰ متری می‌روید.

ترکیبات و اثر: هـر دو گونهٔ این گیاه حاوی اسانس فـرار است کـه بـا یکدیـگر متفاوت‌اند. گونهٔ Cow Parsley یك‌ادرار آور ملایم و محـرك متابلیـسم است. همچنین سبب انقـباض رحم می‌شود.

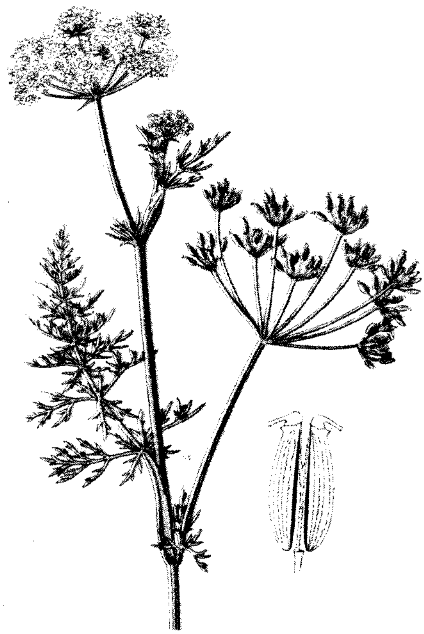
مصرف: گیاه‌کاملاخردشده Cow Parsley اغلب به‌عنوان سالاد خورده می‌شود. دم‌کردهٔ برگهای‌تازه یا خشك‌آن(نیم‌لیتر آب‌جوشیده را بر روی ۱–۲ قاشق غذاخوری پـرازگیاه بریزید وبگذارید بماند) نیزمصرف می‌شود. در صنایـع دارویی آب Chervil نیزتهـیه می‌شود. برای‌درمان‌خیزهای‌خفیف، اختلالات معده و بعضی‌بثـورات جلدی مصرف می‌شود و به التیام زخمـها کمك می‌کند. از گـونـه Chervil تنها بـه عنـوان ادویـه یـا چاشـنی استفاده می‌شود.

Caraway

زیره

(*Carum carvi* L., Umbelliferae), Caraway Seed.

زیره‌سیاه



شرح: زیره گیاه دوساله‌ای است که در سال اول طوقی مرکب از ۲ـ۳ برگ‌شانه‌ای دراز تشکیل می‌دهد. ذرسال دوم ساقه‌ای به‌طول ۲۰ـ۱۰۰ سانتی‌متر با برگهای کم و چترهایی ازگلهای سفیدکوچك‌ایجادمی‌کند. طول میوهٔ آن ۳ـ۵ سانتی‌متر ومستطیلی‌است و برحسب زیستگاه در فاصله ماههای تیر تا آبان می‌رسد.

قسمت مورداستفاده: میوهٔ رسیده.

زیستگاه وگردآوری: در چمنزارها و مراتع مرطوب اروپا، بیشتردرارتفاع ۸۰۰ـ ۲۰۰۰ متری می‌روید. در سراسر بریتانیا پراکنده است ولی خیلی بندرت در محلهای مرطوب بومی می‌شود. برای گردآوری میوه‌های قهوه‌ای‌چترهای‌رسیده‌گیاهان‌وحشی را قطع می‌کنند تا کاملا برسد. کشت آن به‌وسیلهٔ دانه در ردیفهای ۳۰ـ۴۰ سانتی‌متری به‌طور جداگانه در بهار انجام می‌گیرد. برداشت محصول در تیرماه سال دوم با قطع کامل گیاه صورت می‌گیرد و به‌صورت‌دسته‌ کرده می‌گذارند تا برسد. بازدهٔ عمل ۷ـ ۲۰ کیلوگرم در هر صدمترمربع است. در بازار تجارت فقط میوهٔ نوع پرورش یافته آن موجود است.

ایران: زیرهٔ سیاه در نواحی شمال‌غربی ایران، نهاوند، البرز، نواحی جنوبی ایران، بلوچستان وارتفاعات ۳۰۰۰متری کوه‌لاله‌زار کرمان می‌روید.

ترکیبات واثر: زیره‌مقدارزیادی اسانس فرار دارد که ترشح شیره‌های گوارشی را تحریك می‌کند. اثر قابل ملاحظه‌ای در جلوگیری از ایجاد بادهای اضافی در روده و درمان اسهال دارد.

مصرف: دانهٔ زیره را یا می‌جوند ویایك نوك چاقو از گرد گیاه را با آب مخلوط می‌کنند. برای تنبلی اعمال گوارشی، بی‌اشتهایی، باد یا درد روده مصرف می‌شود. همچنین می‌توان تیزان ـ (یك‌قاشق‌مرباخوری از میوهٔ له شدهٔزیره‌را بانیم‌لیترآب دم‌کنید و بگذاریدبماند) یا عرق زیره را خورد.

Parsley

جعفری

(*Petroselinum crispum* (Mill.), A. W. Hill, Umbelliferae).



شرح: جعفری گیاه دو ساله‌ای است که در سال اول از برگهایك طوقی پایه‌ای ودرسال‌دوم ساقه‌ای گلدار که در بالا منشعب است، تشکیل می‌دهد. ریشهٔ اصلی آن ستبر، کمی منشعب و دارای تعدادکمی ریشه‌چه است وضخامت آن تا ۲۰ سانتی‌متر می‌رسد. برگ گیاهان‌وحشی دارای بریدگیهای مثلثی، به‌شکل ۲ـ۳ تایی و شانه‌ای است و دارای قطعات نـامرتب دندانه‌ای است. در اثر انتخاب، گیاهان‌کاشته شده برگهای بریـده و پیچکدار دارد. در هر چتر آن ۱۰ـ۲۰ گل‌وجود دارد. میوهٔ این گیاه به‌درازی ۲ـ۳ میلی‌متر و به‌رنگ خاکستری تا قهوه‌ای و بیضوی شکل است و بویی‌قوی دارد.

قسمتهای مورد استفاده: برگ، ریشه و میوهٔ خشك. به‌عنوان معطر کننده از برگهای خشك جعفری استفاده می‌شود.

زیستگاه وکشت: گیاه بومی کشورهای مدیترانه شرقی است. فعلا در تمام نقاط دنیا به‌وسیلهٔ دانه کاشته می‌شود. اگر ریشه‌های آن را بایدگردآوری کنندیك واریته‌مخصوص بـا ریشه‌های ضخیم می‌کارند . برگهای سال اول را درفاصلهٔ ماههای تیر تا شهـریور و برگهای سال دوم را دربهار و تا هنگامی که گیاه‌گل دارد، گردآوری می‌کنند. ریشه رادر ماههای مهر تا آذر از گیاهان یکساله گرد-آوری می‌کنند. عمل خشك کـردن باید در حرارت کمتر ار ۴۰ درجهٔ سانتی‌گرادانجام گیرد.

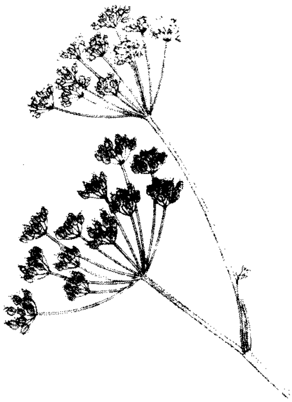
ایران: جعفری دربسیاری ازمناطق‌ایران کاشته می‌شود.

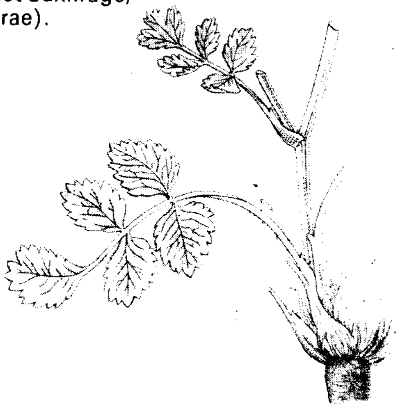
ترکیبات و اثر: درتمام‌قسمتهای‌جعفری، بیشتر در میوه و به‌مقدار کمتری در برگ ، اسانس فرار وجود دارد. با مقادیر کم اشتها را تحریك می‌کند و یك داروی مدر است . با مقادیر زیاد جریان خون مخاطها ، دستگاه گوارش و رحم را افزایش می‌دهد و اعمال این عضو را تحریك می‌کند. مقادیر زیاد آن سمی‌است‌و سبب‌خونریزی وسر گیجه می‌شود.

مصرف: دم‌کردهٔ جعفری (یك قاشق غذا-خوری ازبرگهای کاملا خرد شده یا یك‌قاشق مرباخوری از ریشهٔ‌کاملا خرد شده ویا ۱ـ۲ نوك چاقو از میوهٔ له شدهٔ جعفری را در نیم لیتر آب دم‌کنید) به‌عنوان یك داروی مـدر برای درمان ورم عمومی، التهاب کلیه‌هـا و مثانه مصرف می‌شود . همچنین برای جلو-انداختن قاعدگی از آن استفاده می‌شود. از مصرف مقادیر زیاد جعفری ، بویژه به وسیلهٔ زنان آبستن باید خودداری شود.

Burnet Saxifrage

(*Pimpinella major* (L.) Huds. = Greater Burnet Saxifrage, *P. saxifraga* L. = Burnet Saxifrage, Umbelliferae).





شرح: هردوگونهٔ این گیاه، علفی پایا با ریشهٔ راست و کمــی منشعب‌اند . ریشهٔ آن بویی شبیه‌بوی بز دارد وازاین‌طریق بسرعت از سایر گیاهان تشخیص‌داده می‌شود. برگهای پایه تك‌شاخه‌ای ساده، با برگچه‌های بیضوی وحاشیه دندانه‌دار است. طول‌ساقهٔ P.major بین ۴۰ــ۲۰۰ سانتی‌متر وساقهٔ P.saxifrage بین ۲۰ــ۶۰ سانتی‌متر است. گلهای آن سفید یا مایل به‌صورتی و به‌شکل چترهای انتهایی کوچك است. گونهٔ اول در اردیبهشت تا تیر ماه وگونهٔ دوم درماههای تیر تا شهریور گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ریشهٔ خشك شده.

زیستگاه و گردآوری:
Greater Burnet Saxifrage در مراتع ، چمنزارها ، حاشیهٔ جنگلهای باز و بیشه‌های اروپای مرکزی می‌روید. در سراسر بریتانیا پراکنــده است . Burnet Saxifrage در چمنزارها و مناطق گرم بیشتر می‌روید و در بریتانیا ، بندرت در شمال و معمولا بر روی خاکهای گچی پراکنده است. ریشهٔ آنها را در اواخر پاییز یا دربهار گردآوری می‌کنند و در سایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ایران: درآذربایجان، افشار، بین‌قطورسو و زرشورا می‌روید.

ترکیبات واثر: حاوی اسانس فرار، یك ساپونین، تانن و مشتقات کومارین است. این گیاه ترشح مخاطها بخصوص مخاط برونشها را افزایش می‌دهد. اثرپیشاب‌آوری این‌گیاه قطعی نیست.

مصرف: از راه خوراکی به‌عنوان خلط‌آور در التهاب مخاط دستگــاه تنفس مصرف می‌شود. بندرت یك داروی پیشاب‌آور برای خیز عمومی بدن یا عفونتهای کلیه و مثانــه به‌شکل دم کرده (نیم لیتر آب سرد را روی یك قاشق‌غذاخوری از گرد زبر ریشه‌بریزید وبجوشانید) مصرف می‌شود.ازراه‌خارجی‌این دم‌کرده را می‌توان برای التیام روی زخمها مالید.

توجه: نام عمومی این دو گیاه‌گمراه‌کننده است . دو گونهٔ این گیاه دارویی نــه burnet (از تیرهٔ گــل سرخ) است و نه saxifrage (از فامیل Saxifragaceae).

Aniseed

بادیان رومی

(*Pimpinella anisum* L., Umbelliferae), Anise.



شرح: بادیـان رومی گیاهـی یکساله با ریشهٔ راست، باریك و ساقـهٔ خط‌دار است. برگهای پایینی ساقهٔ کامل، گرد یا قلوه‌ای‌شکل و برگهای بالایی منقسم و دارای ۲-۳ لوب با محور مشخص است. گلهای کوچك وسفید آن به‌شکل چترهای باریك است. میوهٔ رسیدهٔ آن به رنگ مایل به قهوه‌ای تا خاکستری و دارای شیارهای مجزاست. گیاه‌کامل آن‌بوی معطر مشخص دارد.

قسمت مورد استفاده: میوهٔ خشك شده.

زیستگاه وکشت: منشأ این گیاه مشرق‌زمین است ولی درحال حاضر به‌طور تجارتی در کشورهای مدیترانه‌ای پرورش می‌یابد. بومی بریتانیا نیست ولی گاهی به‌شکل علف درباغها می‌روید. کشت آن به‌وسیلهٔ دانه در ردیفهای ۳۰ سانتی‌متری جداگانه‌دربهارانجام‌می‌گیرد. میوهٔ رسیدهٔ آنرا در فاصلهٔ ماههای تیر تـا شهریور گردآوری می‌کنند.

ایران: این گیاه در نواحی شمال غربی ایران ازجمله تبریز و جنوب غربی می‌روید.

ترکیبات واثر: بادیـان رومـی حاوی اسانس فراری با مزهٔ شیرین و بـویی معطر است. قسمت اعظـم این اسانس را آنیتول (Anethole) تشکیل می‌دهد. بادیان رومـی مانند رازیانه یك داروی خلط‌آور و تضعیف کنندهٔ سرفه‌است.سایرخواص‌آن شبیه رازیانه است (به‌گیاه‌بعدی مراجعه شود). مقادیرزیاد آن سبب مسمومیت می‌شود.

مصرف: از تیزان این‌گیاه (مانندرازیانه تهیه می‌شود) برای رفع‌التهاب مخاطها، نفخ و دیگراختلالات‌معده استفاده می‌شود.خاصیت مسهلی ملایمی نیز دارد.

Fennel

رازیانه

(*Foeniculum vulgare* Mill., Umbelliferae), Sweet Fennel.



شرح: رازیانه گیاهی دوساله یا پایا با ریشهٔ محکم وگرد و ساقهٔ سبز مایـل به آبی به‌طول ۷۰ سانتی‌متر تا دومتر است. بر روی ساقهٔ آن‌خطوط‌ طریزی‌مشاهده می‌شود. برگهای آن ۳ـ۴ تایی روبرو در دو طـرف دمبرگ (pinnatisect) است ودارای تقسیمات بسیار باریك و اغلب نخی‌شکل است. گلهای آن‌در سال دوم چترهای بزرگ تشکیل مـی‌دهد و کوچك و زرد‌رنگ. میوه‌هایش ابتدا مایل به آبی و سپس قهوه‌ای تا آبی‌رنگ می باشد. تمام قسمتهـای گیاه خوشبوست. نژادهـای مختلف رازیانه میوه‌هایی شیرین یا تلخ و یا گس‌دارد.

قسمت مورد استفاده: میـوهٔ رسیده خشك وبندرت ریشهٔ خشك شده.

زیستگاه وکشت: رازیانه گیاه‌بومی‌مناطق مدیترانه‌ای‌است وبه‌مقدار زیاد درمناطق گرم کاشته می‌شود. همچنین به‌شکل وحشی‌نیزیافت می‌شود. در ساحل دریا و محلهای مرطـوب انگلستان وویلز مشاهـده می‌شود. کشت آن به‌وسیلهٔ دانه در ردیفهـای ۱۵ سانتی متری جداگانه انجام می گیرد و گیاه‌درسال دوم‌در ردیفهای ۶۰سانتی‌متری‌جداگانه‌کاشته‌می‌شود. محصول آنرا در ماههای شهریور تا آبـان برداشت می کنند. چترهای وسطی راکه‌ابتدا می‌رسد موقعی‌که قهوه‌ای می‌شود ازگیاه‌جدا می‌کنند و در محلی که خوب تهویه می‌شود می گذارند تاکاملا برسد. هنگامی‌که چترهای باقیمانده قهوه‌ای‌رنگ شد محصول‌را به‌طور کامل‌برداشت می کنند و گیاهان را در حالت دسته‌بندی شده می گـذارند. سپس آنها را به‌وسیلهٔ گندم‌کوب می کوبندیا برای‌جداکردن میوه‌ها آنها را شانه می‌کنند. بر روی یك کشتزار ممکن است ۲ـ۳ سال‌کارکرد. بازدهٔ عمل۸ـ۲۰کیلوگرم‌درهرصد مترمربع است.

ایران: رازیانه درنواحی‌شمالی ایران و نواحی مختلف البرز می‌روید.

ترکیبات و اثر: یك اسانس‌فرار بابویی بسیار مشخص و مزه‌ای شیرین دارد . دارای خواص بادشکن، محرك اشتها و پیشاب‌آوری ملایم است. یك محرك ملایم اعمال روده‌ای است. با مقادیر بسیار زیاد سبب مسمومیـت می‌شود.

مصرف: به‌شکل تیزان (نیم‌لیتر آب سرد را بر روی یك قاشق غذاخوری از میوهٔ لـه شدهٔ‌آن بریزید وبجوشانید) برای‌رفع‌التهاب برونشها، بادهای روده و افـزایش ترشح شیر مصرف می‌شود. یك مسهل ملایم‌است ومعمولا برای این منظور ازگردآن مخلوط باشیرین‌بیان و برگ سنا (گرد شیرین بیان مرکب) استفاده می‌شود. لوسیون آن را بندرت برای ازبین‌بردن التهاب چشمها به‌کار می‌برند.

Lovage

(*Levisticum officinale* Koch, Umbelliferae), Old English Lovage.

انجدان رومی،

گل شوری

شرح: گیاه زیبا وپایایی است که دارای ریشه‌ای ضخیم با انشعابهای کم است وارتفاع ساقه‌اش تا دومتر می‌رسد. بـرگهای تحتانی بزرگ، بادمبرگهای دراز، به شکل سه برگ شانه‌ای و به‌طول ۷۰ سانتی‌متر است. برگهای ساقهٔ آن به‌طرف نوك کمتر منقسم است به‌طوری که در بالاترین نقطه کامل ونیزه‌ای شکل است. گلهای زرد رنگی به‌شکل چترهای سفت دارد. تمام قسمتهای گیاه بـویی قـوی شبیه بوی کرفس دارد.

قسمت مـورد استفاده: ریشهٔ خشك این گیاه مصرف دارویی دارد. بنـدرت نیز از گیاه کامل خشك استفاده می‌شود. گیاه تازه‌یا خشك شدهٔ آن‌را به‌عنوان ادویه به‌کارمی‌برند.

زیستگاه وکشت: اگرچه گونه‌های وابستهٔ آن در ایران یافت می‌شود ولی فعلا به‌عنوان یك گیاه وحشی شناخته نمی‌شود. در بسیاری از قسمتهای اروپای مرکزی‌وباغهای انگلستان به‌وسیلهٔ دانه کاشته می‌شود. بافواصل ۴۰-۵۰ سانتی‌متری این گیاه را درخاکهای کوددار می‌کارند. ریشهٔ آن‌را در پاییز سال دوم گردآوری می‌کنند، برش طولی می‌دهند ودرسایه (یا آفتاب اواخر پاییز) مـی‌خشکانند. بازدهٔ عمل ۲۰-۳۸ کیلوگرم ریشهٔ خشك درهرصد مترمربع است.

ترکیبات واثر: انجدان رومی حاوی‌یك اسانس فرار و مشتقات‌کومارینی‌است.دارای اثر پیشاب‌آور، بویژه در خیز عمومی است. اشتها را تحریك می‌کند، هضم‌کنندهٔ غذاست و دردهای ناشی از نفخ را تسکین می‌دهد.



مصرف: تیزان این‌گیاه (نیم لیتر آب‌سرد را روی یك قاشق‌غذاخوری‌گیاه کامـلا خرد شده بریزید، بجوشانید و بگذارید بماند) برای درمان خیز عمومی و رمـاتیسم مصرف می‌شود. معمولا انجدان رومی را مخلوط بـا گیاهـان دیگـــر (مـانند سرو کـوهی، Restharrow وغیره)مصرف‌می‌کنند. بندرت تیزان آن‌را برای نفخ و التهاب غشاءمخاطی برونشها مصرف می‌کنند. برای ایـن منظور استفاده از بخور این گیاه غالباً نتایج خوبی همراه دارد.

سنبل ختائی

Angelica

(*Angelica archangelica* L., Umbelliferae),
European or Garden Angelica.



شرح: گیاه پایایی‌است که ۲ـ۴ سال عمر دارد. در سال اول یك طوقی بزرگ از برگها تشکیل می‌دهد. در سال دوم، سوم یا چهارم فقط یکبار گل و میوه می‌دهد و سپس از بین می‌رود. طول ریزوم آن فقط چند سانتی متر است ولی ممکن است ضخامتش تقریباً به‌اندازهٔ ضخامت یك بازو برسد. انواع وحشی آن فقط چند ریشهٔ مخروطی دارد. ریزوم انواع پرورش‌یافته تعداد زیادی‌ریشه به‌ضخامت یك سانتی‌متر ایجادمی‌کند. برگهای پایه‌ای آن تا ۹۰ سانتی‌متر طول دارد، مثلثی و متقابل است، طول قطعات منقسم آن ۴ـ۸ سانتی‌متر است ودندانه‌های عمیق دارد. تعداد برگهای‌آن کم‌است و چترهای بزرگ کروی مرکب ازگلهای سفید دارد. درفاصلهٔ‌خرداد‌ماه تا اوایل شهریور گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ریشه و ریزوم خشك و بندرت جوانه‌های تازه و میوهٔ‌آن.

زیستگاه وکشت: گیاه‌بومی اروپای‌شمالی است. در بریتانیا درساحل رودخانه‌ها ومحل‌های مرطوب اغلب به‌مقدار فراوان می‌روید. همچنین‌یك گیاه زینتی معمولی است. کشت‌آن بدین ترتیب است‌که دانه‌های‌آن را درپاییز می‌کارند و در شهریور سال بعد گیاه را در فواصل ۵۰ـ۶۰ سانتی‌متری درخاك عمیق‌که زیاد خشك نباشد و تازه کود نداده باشند، نشاء می‌کنند. در سایه یا آفتاب آن را می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: دارای اسانس فرار و مشتقات کومارین است. ترشحات‌گوارشی را تحریك می‌کند، اشتها را افزایش می‌دهد و حرکات پریستالتیسم راکنترل می‌کند. بامقادیر زیاد، ابتدا سیستم اعصاب‌مرکزی را تحریك و سپس فلج می‌کند.

مصرف: ازتیزان‌این‌گیاه (یك قاشق‌غذا‌خوری ازگیاه خرد شده را با نیم‌لیترآب دم کنید) اساساً برای تحریك اشتها استفاده می‌شود. بیشتر به‌شکل لیکور مصرف می‌شود و این‌گیاه یکی از مواد متشکله اصلی‌بسیاری از لیکورهای تجارتی است.

Masterwort

(*Peucedanum ostruthium* (L.) Koch, Umbelliferae).



شرح: گیاه پایایی‌است با ریزوم قهوه‌ای حلقوی به‌ضخامت ۱/۵ سانتی‌متر وساقه‌های خزنده‌ای که کلنی‌های زیادی از گیاه جدید تشکیل می‌دهد. برگهای آن ۱ـ۲ تایی ، سه برگچه‌ای با برگچه‌های دندانه دار نامنظم است. ارتفاع ساقهٔ این گیاه بین ۴۰ سانتی‌متر تا یك‌متر است وبرگهای کمی‌دارد. گلهای آن کوچك،سفید وشبیه زیرفون است. بین‌ماههای خردادتامرداد گل می‌دهد. تمام قسمتهای گیاه بویژه اندامهای زمینی بویی قوی شبیه به‌بوی کرفس وسنبل‌ختایی دارد.

قسمت مورد استفاده : ریزوم، ساقه خزنده، ریشه و بندرت برگهای تازه و میوه.

زیستگاه‌وگردآوری: گیاه بومی ارتفاعات ۱۲۰۰ــ۱۶۰۰ متری کشورهای منطقهٔ آلپ است.همچنین‌درارتفاعات پست تر درمحلهای مرطوب،کنار نهرها و بیشه‌ها روی خاکهای آهکی یا سیلیسی مشاهده می‌شود. این گیاه به انگلستان وارد شده است. قبلا پرورش داده می‌شد ولی فعلا بومی مناطق شمالی‌این کشور است. آن‌را دربین شهریور تاآبان‌ماه (یادر بهار پیش از درآمدن جوانه‌ها) گردآوری می کنند و بسرعت در سایه (یاآفتاب‌پاییزی) می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: این گیاه حاوی‌اسانس فرار،صمغ، رزین‌وبعضی‌ازمشتقات‌کومارینی است. ترشح شیره های گوارشی را شدیداً تحریك می کند و بدهمین جهت به‌عنوان‌اشتها آور مصرف می‌شود. همچنین یك داروی خلط‌آور است. خواص‌انتسابی به‌آن به‌عنوان پیشاب‌آور و اثر روی قاعدگی مورد تردید است.

مصرف: از گرد (یك نوك چاقو در آب سه مرتبه در روز) یا دم کردهٔ این گیاه (نیم لیتر آب سرد را برروی یك قاشق‌غذاخوری پر ازگیاه خرد شده بریزید، بجوشانید و بگذارید بماند) برای ازبین‌بردن‌بی‌اشتهایی، التهابات معده و روده و برونشیت استفاده می‌شود. برای برونشیت، مصرف بخور و دم کردهٔ این گیاه نتایج خوبی همراه دارد.

انگور خرس

Bearberry

(*Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spreng., Ericaceae), Mountain Box, Uva-Ursi.



شرح: بوتهٔ کوچك همیشه سبزی‌است با ساقه‌های خزنده که اغلب پوشش گسترده‌ای را تشکیل می‌دهد. (Cowberry که اغلب با این گیاه اشتباه می‌شود، جوانه‌های انتهایی‌اش مستقیم است). برگهای آن معمولا به‌شکل تخم مرغ، بندرت قاشق مانند)، بسیار ضخیم و چرمی است. سطح بالایی برگها فرورفته و مشبك به نظر می‌رسد (برگهای زغال اخته رگبرگهای شانه‌ای دارد) سطح پایینی برگها بدون نقاط قهوه‌ای است (طریقهٔ تشخیص از زغال اخته). گلهای این گیاه به‌شکل زنگوله به‌رنگ سفید یا صورتی با لبه‌گرد و دندانه‌ای است. میوهٔ آن ستهٔ، قرمزرنگ با مزهٔ اسیدی است.

قسمت مورداستفاده: برگهای خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: در جنگلهای گیاهان‌سوزنی برگ (مخروطیان) ودرخاکهای هوموس‌دار مناطق کوهستانی اروپا تا ارتفاع ۲۴۰۰متری‌می‌روید. روی‌خلنگزارها، صخره‌ها و سواحل اسکاتلند، شمال انگلستان و شمال و غرب ایرلند مشاهده می‌شود. در سراسر سال آن را گردآوری می‌کنند (بهتر است این‌کار دربهار و تابستان انجام شود) و در سایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: این گیاه حاوی دومادهٔ آربوتین (arbutine) و متیل آربوتین (methylarbutine) است که در شرایط خاصی دربدن به‌مواد گندزدای قوی شبیه فنل تبدیل می‌شود. این عمل بویژه در اندامهای بیمار (وجود چرك درکلیه یا مثانه) و نه در اندامهای سالم اتفاق می‌افتد و بدینجهت انگور خرس یك داروی ضدعفونی کننده‌است. به‌علت داشتن فلاونوییدها یك پیشاب‌آور ملایم نیز هست.

مصرف: تیزان این گیاه (۱۰–۳۰ گرم برگ کاملا خرد شده یا گرد زبر آن‌را با یك لیتر آب دم کنید و بگذارید بماند. آن را نجوشانید زیرا باعث تجزیه آن شده و مزهٔ آن را بسیار تلخ می‌کند) برای درمان عفونتها و التهابات کلیه‌ها و مثانه مصرف می‌شود. مصرف دراز مدت آن بخاطر وجود تانن درگیاه یبوست ایجاد می‌کند.

ایدا آریزا

Cowberry

(*Vaccinium vitis-idaea* L., Ericaceae), Red Whortleberry.



شرح: درختچه پر پشت همیشه سبز کوچکی به ارتفاع ۱۰–۲۵ سانتی متر است. توسط ریزومهای زیر زمینی خود در سطح وسیعی از مناطق آلپ گسترده می‌شود. برگهای آن بیضوی، به‌رنگ سبز تیره و چرمی است و گاهی حاشیه‌های پیچیده دارد. سطح پایینی آنها نقاط ترشحی قهوه‌ای تیره دارد (طرز تشخیص از انگورخرس که فاقد این نقاط است). طول گلها پنج میلی‌متر، سفید یا صورتی، به شکل زنگوله با پنج لوب است. این گلها به شکل خوشه‌های ۲–۶ است. میوهٔ آن قرمز و حاوی چند دانه است.

قسمت مورد استفاده: برگ خشک شده. میوهٔ تازهٔ آن نیز بندرت مصرف دارویی دارد.

زیستگاه و گرد آوری: این گیاه در کوهها و جنگلهای اروپای مرکزی، تا بالای درختان سرو و در ارتفاع حدود ۳۰۰۰ متری مشاهده می‌شود. در دشتها دیده نمی‌شود. بومی بریتانیاست و روی خلنگزارها و در جنگلهای مرتفع روی خاکهای اسیدی می‌روید. به‌طور معمول در اسکاتلند یافت می‌شود. برگهای آن‌را در طول تابستان گردآوری می‌کنند و در سایهٔ آفتاب می‌خشکانند.

ترکیبات و اثر: برگهای این گیاه نظیر انگور خرس حاوی ترکیبات فعال است. دارای اثر ضدعفونی کننده بر روی کلیه‌ها و مثانه است. میوهٔ آن از نظر داشتن اسیدها بسیار غنی و یک مسهل ملایم است.

مصرف: از برگهای آن به شکل تیزان (نیم لیتر آب سرد را روی ۱–۲ قاشق غذا خوری برگ کاملا خرد شده بریزید و بگذارید بماند) برای رفع التهاب کلیه‌ها و مثانه استفاده می‌شود. برای این‌منظور برگهای این گیاه را می‌توان جانشین برگهای انگور خرس نمود.

آس بری

Bilberry

(*Vaccinium myrtillus* L., Ericaceae), Blaeberry, Huckleberry, Wortleberry.



شرح: گیاهی بوتهٔ نسبتاً چوبین، پرپشت، کوچك و برگ‌ریزی به‌طول ۲۰–۵۰ سانتی‌متر است. طول برگهایش تقریباً یك سانتی متر، بیضوی تا نیزه‌ای با حاشیه‌های دندانه‌ای ریز، سبزرنگ و نازك است. گلهای آن مایل به‌سبز، منفرد یادوتایی ودرمحور برگ بـه شکل زنگوله وپهنای ۵ میلی‌متراست ودر فاصلهٔ ماههای تیر ومرداد ظاهر می‌شود. میوهٔ این گیاه بین ماههای تیر تا اوایل مهر می‌رسد.

قسمت مورد استفاده: میوهٔ خشك و نیز گاهی اوقات برگ خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: ایـن گیاه در خاکهای حاوی موادآلی دشتها وارتفاعات تا ۲۷۰۰متری مشاهده می‌شود. دربریتانیامعمولا درخلنگزارها وجنگلها روی خاکهای اسیدی می‌روید. برگهای آن‌را بین ماههای خرداد تا اوایل شهریور گردآوری می‌کنند ودر سایـه می‌خشکانند. میوه‌اش را موقعی که رسید گرد-آوری می‌کنند ودرسایه یاآفتاب در حرارت کمتراز ۵۵ درجهٔ سانتی‌گراد می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: مـادهٔ فعال اصلی میوهٔ سنبل وحشی یك تانن است‌که خاصیت ضد-اسهال، بویژه موقعی که میوه خشك بـاشد، دارد. برگ آن‌ترکیباتی‌داردکه به‌طورخفیف سطح قندرادرخون‌پایین می‌آورد.

مصرف: معمولا میوهٔ این گیاه‌رابه‌عنوان ضد اسهال می‌خورند (۵۰–۱۰۰ گـرم میوهٔ خشك‌آن‌راخوب بجوید وسپس فروبرید، بهتر است بگذارید میوه‌اش در آب متورم شود، آن‌را بجوشانید، خنك‌کنید وسپس بنوشید). ازدم‌کردهٔ‌آن (یك قاشق غذاخوری پرازمیوهٔ آن‌را دردولیوان‌آب بریزید، به‌مدت‌پنج‌دقیقه بجوشانید وآهسته خالی‌کنید) به‌عنوان دهان شویه برای رفع التهاب دهـان وگلو استفاده می‌شود. برای بیماران مبتلابه‌مرض‌قنددم‌کردهٔ برگهای آن‌مخلوط‌با لوبیا و گیاهان‌دیگر(پس از۵–۱۰ دقیقه جوشاندن) طی مـدت زمانی طولانی مصرف می‌شود (ایـن خاصیت بسیار ضعیف است).

Cowslip

پامچال طبی

(*Primula veris* L. Cowslip, *P. elatior* (L.) Hill Oxlip, Primulaceae), Paigles, Peagles.



شرح: این دو گونه، گیاهانی پایا هستند که ریزوم کوچك آنها چندریشه دارد. برگهای آنها بیضوی، کشیده ودرسطح پایینی کرکدار است. پایهٔ گلها سخت، عمودی باچتری مرکب از ۱۰ــ۳۰ گل است. کاسهٔ گل آن به‌رنگ سبز روشن وزاویه‌دار است. جام گلها دراز، لوله‌ای با پنج گلبرگ فنجانی شکل است. گلهای گونهٔ P.veris کوچکتر، زردطلایی بـا دانه‌های نارنجی رنگ است. ولی گلهای P.elafior زردکمرنگ و بدون دانه‌های نارنجی رنگ است. درفاصلهٔ مـاههای فروردین تـا اواخر خرداد برحسب ارتفاع محل رویش گل می‌دهد. گونهٔ P.veris کمی دیرتر گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده : ۱ــ ریـزوم و ریشه‌های خشك شده هردو گونه ۲ــ جامهای گل (یا تمام قسمتهای گل) گونهٔ P.veris.

زیستگاه‌وگردآوری: گونـهٔ P.veris به‌رنگ زردطلایی در چمنزارها ومراتع تـا ارتفاع ۲۰۰۰ متری می‌روید. درسراسراروپا مشاهــده می‌شود. در انگلستان به‌طور معمول می‌روید. گلهــای آنهارا موقعی که ظاهر شد جمع آوری می کنند ودرسایه درحرارت کمتر از ۳۵ درجه سانتی گراد می‌خشکانند . ریزوم این گیاهان را درپاییزیا بهارقبل از گل دادن گردآوری می کنند، خوب می‌شویند ودرسایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ترکیبات واثر ساپونینها به‌مقدار زیاد درریزوم و به مقدار کمتر دربرگها وکاسه گل این گیاه وجود دارد ولی درجام گلها یـافت نمی‌شود. جام گل وریزوم آن حاوی اسانس فراراست. این گیاهان دارای خواص هضم‌کننده، پیشاب آوری خفیف و نیز مسهلی ضعیف اند ریزوم آن فعالترین قسمت گیاه است ولی جام گلها فقط اثرضعیفی دارد.

مصرف: تیزان آن (یك قاشق مرباخوری ریزوم کاملا خردشده یا ۲ــ۳ قاشق مرباخوری از گل یــاجام گل را درآب سرد بــریزید ، بجوشانید وبگذارید بماند) برای آزبین بردن التهاب مخاط برونشها مصرف می‌شود.

زبان گنجشک، ون

Ash

(*Fraxinus excelsior* L., Oleaceae), Common Ash, Weeping Ash.



شرح: زبان گنجشک درخت برگ‌ریزی به‌ارتفاع ۳۰ متر است. به‌راحتی می‌توان از روی جوانه‌های سیاه روی شاخه‌هایش آن را تشخیص داد. برگهای آن متقابل، تك شانه‌ای با ۷-۱۳ برگچه بی‌پایه یا دمبرگ‌دار کوتاه و حاشیه دندانه‌ای است. برگهای این گیاه پس از پیدایش گلها ظاهر می‌شود. گلهای آن به‌شکل خوشه‌افشان، بدون کاسه یا جام با پرچمهایی به‌رنگ قرمز مایل به‌قهوه‌ای است. میوه‌اش با بالهای پرده دار، درون خوشه های ضخیم دمدار قرار دارد.

قسمت مورد استفاده: برگچه‌های معمولاً خشك و بندرت تازه.

زیستگاه و گردآوری: در مناطق مرطوب نزدیك رودخانه‌ها، نهرها وجنگلهای مرطوب می‌روید. معمولاً در بریتانیا برروی خاکهای آهکی در قسمتهای مرطوب و در جنگلهای بلوط یا پرچینها تشکیل جنگل می‌دهد. برگهای آن‌را درفاصلهٔ ماههای خرداد وتیر گردآوری می کنند. برگچه‌هارااز دمبرگ صلی (که بدون اثراست) جدا می‌کنند ودر سایه درحرارت کمتراز ۴۰ درجهٔ سانتی‌گراد می‌خشکانند.

ایران: درخت زبان گنجشك درنواحی مختلف شمال ایران، گرگان، رامیان وجنگلهای گیلان ومازندران می‌روید. علاوه براین، غالباً به‌علت زیبایی خاصی که دارد به‌عنوان زینتی نیز پرورش می‌یابد.

ترکیبات واثر: برگ این گیاه حاوی فلاونوییدها ومشتقات کومارین است. پوست آن حاوی مانیت (Mannite) است که مزهٔ شیرینی دارد. برگ‌آن اثرپیشاب‌آور ملایم (اساساً برروی‌کلیه‌های ناسالم) دارد وبرای درمان خیز عمومی مصرف می‌شود. همچنین تاحدودی برای درمان رماتیسم از آن استفاده می‌شود. یك مسهل ضعیف نیزهست.

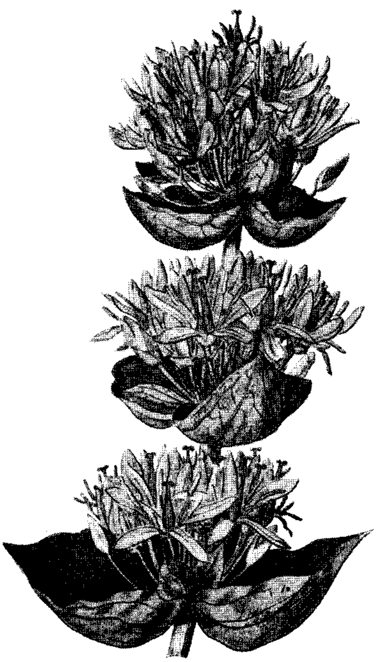
مصرف: تقریباً همیشه تیزان‌آن را (نیم لیترآب‌سرد رابرروی ۲-۳ قاشق غذاخوری ازبرگهای کوبیده‌گیاه بریزید، بجوشانید و بگذارید سرد شود) درموارد عفونت کلیه‌ها، مثانه، احتباس ادرار، خیزعمومی و روماتیسم مصرف می‌شود.

Gentian

جنتیانا

(*Gentiana lutea* L., Gentianaceae), Yellow Gentian. *G. purpurea* — Purple Gentian and *G. punctata* are also used.

ژانسیان، کوشاد



شرح: گیاهی پایا است که ممکن است تا بیش از ۶۰ سال عمر پیدا کند. درسالهای اول بسیار کوچك است ولـی بعداً درسالهای بعد یك طوقی پایه‌ای ازبرگهای بیضوی زیبا که روی سطح پایینی پهنك آن رگبرگهای برجسته وجوددارد، تشکیل می‌دهد. در فواصل ۴ تـا ۸ ساله یك محور گلدار با گلهای زردرنگ در درون برگهایی پهن و گود پیدامی‌شود. برگهای طوقی پایه‌ای وساقه به‌طور متقابل قرار دارد (تفاوت باخربق سفید، گیاه بسیار سمی که در همین محیط رشد می‌کند و بـرگهای یك در میان سه‌تایی درپایهٔ طوقی دارد). طول ریشهٔ ژانسیان بیش ازیك متراست.

قسمت مورد استفاده: ریشهٔ خشك شده.

زیستگاه وگردآوری : گیـاه نمونـهٔ مراتع مناطق آلپ ودیگر کوههای اروپاست که درارتفاع ۷۰۰ ــ ۲۴۰۰ متری بـر روی خـاکهای آهکی می‌روید. در بریتانیا دیـده نمی‌شود. ریشهٔ این گیاه را درپاییز از خـاك بیرون می‌آورند ومی‌گذارند تا هنگامی کـه رنگ قهوه‌ای مایل به‌زرد وبوی مشخصی پیدا کند، بماند. در فـارماکوپه سوییس قید شده است که باید ریشهٔ آن‌را بسرعت پس‌از گرد-آوری خشکاندکـه در نتیجهٔ این عمل رنگ مایل به‌زرد تـاخاکستری پیـدا می‌کند . در فارماکوپه‌انگلستان ذکرشده‌که ریشه وریزوم آن را باید تخمیر کرد که به‌رنگ زرد مایل به‌قرمزدرمی‌آید.

ترکیبات واثر: ژانسیان خـاوی مواد تلخ، اسانس‌فراروقند فراوان است. دوترکیب اول ترشح شیره‌های گوارشی را تحریك می‌کند. یك اثر تب‌بر نیز به‌این گیاه نسبت‌می‌دهند ولی بسیارضعیف‌است.

مصرف: به شکل دم‌کرده (ده گـرم از ریشه‌های برش داده شدهٔ آن‌را دریك‌لیترآب بریزید، بجوشانید وبگذارید سردشود) برای موارد بی‌اشتهایی و اختلال‌های معدی مصرف می‌شود. گردگیاه وتنطور آن اثرمشابهی دارد. ژانسیان بیشتر بـرای تهیهٔ براندی به وسلیهٔ تقطیر پس‌ازعمل تخمیراستفاده می‌شود. ترکیب حاصل خواص مشابهی دارد ولی چون فـاقد مواد تلخ است اثر کمتری دارد. ازگرد گیاه دردامپزشکی به‌عنوان اشتهاآور استفاده‌هـای بسیاری می‌شود.

Buckbean

شبدر آبی

(*Menyanthes trifoliata* L., Menyanthaceae – previously classified as Gentianaceae), Bogbean, Marsh Trefoil, Water Trefoil.



شرح: گیاهی پایا، آبزی یا باطلاقی باریزوم خزنده ضخیم است. برگ وساقه‌های گلداری تا ارتفاع ۳۰ سانتی متری تشکیل می‌دهد. برگهای آن بادمبرگ دراز وسه‌تایی است . هر برگچهٔ آن به‌شکل تخم مرغ بارگبرگ میانی بزرگ، مشخص، حاشیه پیچ وخم‌دار یادندانه‌ای کم عمق است. در نوك ساقه يك گل آذين پرگل هرمی دارد. گلهای آن به‌رنگ سفید مایل به‌صورتی، با پنج گلبرگ پوشیده از کرکهای دراز است. درفاصلهٔ ماههای فروردین تاخرداد گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: برگچه‌های خشك.

زیستگاه و گردآوری: شبدر آبی در مردابها، کناراستخرها ودریاچه‌ها ومحیطهایی که ریزوم آن درآب باشد، می‌روید. درسراسر اروپا وبویژه دربریتانیا به‌وفور می‌روید. گاهی درآبهای کم‌عمق نیزمشاهده می‌شود. برگهای آن را بین خرداد تااوایل مردادماه گردآوری می‌کنند ودرسایه یاآفتاب می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: شبدرآبی‌حاوی يك‌مادهٔ تلخ واحتمالا يك ساپونین‌است وترشح‌شیره‌های گوارشی، بویژه شیره‌های معدی را تحريك می‌کند. اثر تب‌بر منتسب به‌آن مورد تردید است ونیاز به‌تحقیق بیشتردارد.

مصرف: معمولا جوشاندهٔ شبدر آبی (برروی ۲–۳ قاشق غذاخوری‌ازگیاه‌خردشده آب سرد بریزید، آن‌را بجوشانید وبگذارید سردشود) رابرای اختلالات معده، بی‌اشتهایی وموارد ضعف عمل دستگاه گوارش مصرف می‌کنند. باید تذکردادکه برای چنین‌مواردی قنطوریون، ریشه ژانسیان وافسنطین موثرتر است. ازگردآن بندرت استفاده می‌شود (يك نوك چاقو ازگرد ۳–۵ بار درروز). اثر آن به‌عنوان يك داروی ضد تب درآنفلوانزا و سایربیماریها قطعی‌نیست وبرای این منظور بهتراست‌اززیرفون‌واسپیره کوهی استفاده کرد.

Centaury

قنطوریون

(*Centaurium erythraea* Rafn. = *C. umbellatum* Gilib. = *Erythraea centaurium* auct., Gentianaceae), Common Centaury, Century, Feverwort.



شرح: گیاهی یکساله یا دوساله به‌طول ۱۵–۴۵ سانتی متر است. ساقه‌های آن بدون کرک، چهار گوش، عمودی و تنها در قسمت گلدار منشعب است. دارای برگهای کوچك، متقابل کشیده، بیضوی یا نیزه‌ای بدون کرك و معمولاً پنج رگبرگ است. گل آذین آن کم و بیش به شکل دیهیم فشرده در نوك شاخه قرار دارد. طول گلها یك‌سانتی‌متر، به‌رنگ سرخ کمرنگ، قسمت پایینی آن لوله‌ای ولی به طرف نوك مدور است. زمان گل دادن آن در فاصلهٔ ماههای تیر و مرداد است.

قسمت مورداستفاده: کلیه قسمتهای گیاه گلدار.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه در سراسر اروپای مرکزی، البته نه به مقدار فراوان، در جنگلها، علفزارها، کنار جاده‌ها و غیره می‌روید. به‌حالت‌خود رو در انگلستان و ایرلند و به‌مقدار بیشتر در اسکاتلند مشاهده می‌شود. گیاه گلدار آن را گرد آوری کرده درسایه‌یا آفتاب می‌خشکانند. این گیاه‌دارویی ازمراکش و الجزایر به انگلستان وارد می‌شود.

ایران: این گیاه در آذربایجان، مغرب، شمال ونواحی شرقی ایران می‌روید.

ترکیبات و اثر: قنطوریون‌حاوی‌مواد تلخی است که به طور فعال ترشح صفرا و شیره‌های گوارشی را تحریك می‌کند. به‌این ترتیب به‌عمل هضم کمك می‌کندواشتها را افزایش می‌دهد.

مصرف: معمولاً تیزان (یك‌قاشق مرباخوری یا غذاخوری آن‌را در نیم لیتر آب‌سرد بریزید، بجوشانیدو بگذارید سردشود) یا گرد این گیاه(۰/۵–۲ گرم دومرتبه درروز، پیش‌از نهار و شام) برای موارد بی اشتهایی، تنبلی‌هضم یا اختلالات معدی مصرف می‌شود. اثرضد تب منتسب به‌آن نامشخص است. مصرف آن به عنوان یك داروی مقوی در دوران نقاهت مربوط به‌خواص ذکر شده دربالاست.

گاوزبان

Borage

(*Borago officinalis* L., Boraginaceae), Burrage



شرح: گاو زبان گیاهی است یکساله با ساقه‌های راست که ارتفاع آن تا ۶۰ سانتی متر می‌رسد و از تارهای خشن پوشیده شده است. برگهای آن که بین ۳–۱۱ سانتی‌متر طول و تا ۷/۵ سانتی‌متر عرض دارد متقابل، بیضوی، خشن و در هر دوسطح پوشیده از تار است. این برگها کامل و یا با دمبرگ کوتاه یا بدون ساقه است. گلهای آن معمولا معلق، به‌شکل خوشه‌های کم گل در نوك ساقه است. گلها دو سانتی‌متر قطر و پنج کاسبرگ دارد و به‌رنگ آبی روشن و بندرت سفید است.

قسمت مورد استفاده: معمولا از گیاه گلدار خشك شده و بندرت گل یا برگهای تازهٔ آن استفاده می‌شود.

زیستگاه و کشت: گیاه بومی مناطق مدیترانه‌ای است و در اکثر قسمتهای اروپا پرورش می‌یابد. در بریتانیا برروی زمینهای مرطوب، نزدیك خانه ها می‌روید. در تمام خاکها می‌توان آن‌را ازطریق دانه درردیف‌های ۲۵ سانتی‌متری جداگانه کاشت. گیاه گلدار آن‌را گردآوری می کنند و در سایه می‌خشکانند ولی ممکن است به مدت کوتاهی نیز در برابر آفتاب قرار داد. بازدهٔ عمل ۱۵–۲۵ کیلوگرم در هر صدمترمربع است.

ایران: این گیاه در آذربایجان نزدیك تبریز می‌روید.

ترکیبات و اثر: گاوزبان حاوی ترکیبات فعالی‌است که کمتر شناخته شده‌است. موسیلاژ، تانن‌ومقدارکمی‌اسانس‌فرار تاکنون در این‌گیاه یافت شده است. یك پیشاب‌آور ملایم است و اثر مسهلی و معرق خفیف دارد.

مصرف: معمولا تیزان گاوزبان را (بر روی دو قاشق غذاخوری ازگیاه نیم‌لیتر آب سرد بریزید، بجوشانید و بگذارید سردشود) برای رماتیسم مصرف می کنند. همچنین گاهی برای از بین‌بردن التهابات کلیه‌ها و مثانه از آن استفاده می‌شود ولی این اثر قطعی نیست و در این موارد بهتر است ازگیاهان دیگری که اثر مشخص‌تری دارند استفاده‌کرد. گاهی نیز ازبرگهای‌آن برای تهیهٔ سالاد، و ازگیاه کاملا ریزشده مخلوط با سالاد خیار استفاده می‌شود.

Comfrey

سنفیتون

(*Symphytum officinale* L., Boraginaceae), Boneset, Knitbone, Bruisewort.



شرح: گیاه پایایی به‌ارتفاع ۳۰ــ۸۰ سانتی‌متر است. ضخامت ریشه‌ها ۲ سانتی‌متر با سطح خارجی‌مایل به‌قهوه‌ای تا سیاه وسطح داخلی سفید است. ساقه‌های آن راست، خشن، توخالی وپوشیده از تارهای خشن درازاست وفقط درقسمتهای بالایی منشعب است. برگ‌هایی بــه درازی تا ۲۰ سانتی‌متر ونیزه‌ای‌شکل دارد که سطح پایینی آنها پوشیده‌ازتار است. گلهای آن دمگلهای کوتاه دارد وبه‌شکل خوشه‌های‌افشان متراکم‌و تا اندازه‌ای خمیده است. جام گلها لوله‌ای ، درازی آنها ۱ــ۲ سانتی‌متر و رنگ‌آنها بنفش‌تیره یا سفیدمایل به زرد است.

قسمت مورد استفاده: ریشهٔ تازه‌یاخشك شده.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه‌به‌وفور درمناطق مرطوب، نزدیك نهرها، کنارجاده‌ها وگوشهٔ جنگلها می‌روید. معمــولا در بریتانیا در کنار نهرها پراکنده است و در شمال این کشور کمتر مشاهده می‌شود. ریشه‌های آن‌را در اواخر پاییز یا در بهار قبل از شروع‌رشد گردآوری می‌کنند و بــرش طولی‌می‌دهند و سپس درآفتاب یا به‌وسیلهٔ حرارت مصنوعی بین ۴۰ــ۶۰ درجهٔ سانتی گراد می‌خشکانند.

ترکیبات و اثر: حاوی موسیلاژ، تانن، آلانتویین (allantoin) و مقــــدار جزیـــی آلکالوییداست. از طریق خوراکی برحسب مقدار داروی مصرف شده اثر پایین‌آورنده‌یا بالابرندهٔ فشارخون دارد. یك مسهل‌ملایم‌است در استعمال خارج برای درمان کوفتگیهـــا و تسریع‌التیام‌زخمها(ضدالتهاب وتسکین‌دهنده) استفاده می‌شود.

مصرف: دراستعمال‌خارج اساساً به‌شکل کمپرس از ریشهٔ تازهٔ رنده شده یا گردخشك ریشهٔ مخلوط باآب‌استفاده می‌شود. قراردادن کمپرس آن بر روی قسمتهای کــوفته شده، التهاب‌رگها ونقرس‌با نتایج‌عالی‌همراه‌است. گرد ریشهٔ خشك یـا خمیر ریشهٔ تازه و رنده شدهٔ آن برای درمان و التیام زخمها بویــژه برای واریس‌مصرف می‌شود.از راه‌خوراکی (۱ــ۳ قاشق غذاخوری پر از گرد این گیاه مخلوط باآب) به‌عنوان یك مسهل‌ملایم‌مصرف می‌شود.

Lungwort

خربق‌سیاه

(*Pulmonaria officinalis* L. and *P. longifolia* (Bast.) Bor. = *P. angustifolia* auct., Boraginaceae), Jerusalem Cowslip.

نامهای رایج: سینه دارو، سفید دارو، شش گیاه



شرح: گیاهی پایا به ارتفاع ۲۰ـ۳۰ سانتی‌متر با ریزوم نازك و ساقه‌های راست، سبزرنگ، کرکدار ساده‌یا گاهی منشعب‌است. برگهای آن بیضوی، کامل و کرکدار است. برگهای پایینی‌ساقهٔ دمبرگدار و برگهای بالا یی به‌ساقه چسبیده است واغلب‌نقاط سفیدی‌روی آنها دیده می‌شود (در گونهٔ P.longifolia برگهای رادیکال نیزه‌ای، و در گونهٔ P. officinalis بیضوی و در محل‌پایه‌بسیار چسبیده بهم است). گلهای آن در دسته‌های کوچك درنوك ساقه وبه‌طول۱۳ـ۱۸میلی‌متر قراردارد و لوله‌ای‌است). رنگ گلهادرآغاز صورتی‌است‌ولی بعدادرگونهٔP.officinalis بنفش می‌شود و در گونهٔ P. longifolia از صورتی به‌آبی تغییررنگ می‌دهد. در فاصلهٔ ماههای فروردین تا خرداد گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: گیاه خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: درجنگلهای باز بیشه‌ها و کنار نهرها می‌روید. در اروپای مرکزی و شمالی پراکنده است. گونهٔ P. longifolia بومی بریتانیاست‌ودرخاکهای رسی می‌روید. گونهٔ P. officinalis در باغچه‌ها کاشته می‌شود و اساساً بومی شده جنگلهای جنوب انگلستان است و در بعضی محلها پرورش داده می‌شود.

ترکیبات‌واثر: خربق‌سیاه‌حاوی‌تانن،مقدار زیادی املاح پتاسیم، اسید سیلیسیك، ساپونینها وآلانتویین (allantoin) است، ولی‌ترکیبات فعال آن هنوز شناخته نشده است. بر روی دستگاه تنفس‌یك اثرضدالتهابی وتقویت‌کننده دارد که اغلب بیش از مقدار واقعی تخمین زده می‌شود.

مصرف: معمولا خربق سیاه را به‌شکل تیزان (نیم‌لیترآب سرد را برروی ۱ـ۲قاشق غذاخوری پرازگیاه بریزید، بجوشانید وپنج دقیقه بگذارید بماند) به‌عنوان ضدالتهاب در برونشیت مصرف می‌کنند. علیرغم یك عقیدهٔ همگانی، اثرهای خوب آن در سل ریوی به اثبات نرسیده است. ازاین‌گیاه بندرت برای درمان خونریزی معده، بواسیر، اسهال وخیز عمومی‌استفاده می‌شود ولی‌این‌اثرها هم‌بسیار مورد تردید است.

توجه: Lungwort همچنین‌نام‌گلسنگی‌است به‌نام Lobaria Pulmonacea که خواص دارویی مشابهی دارد (به‌صفحه ۲۳ مراجعه شود).

Germander

مریم نخودی

(*Teucrium chamaedrys* L., Labiatae), Wall Germander.

شرح: بوتهٔ پایا و کوچکی است به ارتفاع ۲۰–۳۰ سانتی‌متر که به‌وسیلهٔ پاجوشهای زیرزمینی گسترده می‌شود. شاخه های آن گرد (در اکثر گیاهان تیرهٔ نعناع چهارگوش است)، کم و بیش کرکدار و اغلب به‌رنگ قرمز مایل به‌بنفش است. برگهای آن به‌طول ۲–۴ سانتی‌متر، متقابل، بیضوی و کرکدار با حاشیهٔ کنگره‌ای یا لب‌دار است. گلهای نسبتاً بزرگی تا ۱۲ میلی‌متر دارد که به‌شکل دسته‌های ۱–۶ تایی درمحور برگهای بالایی قرار دارد. جام گل به‌رنگ بنفش مایل به‌صورتی است و فاقد لب بالایی است که در گیاهان دیگر تیرهٔ نعناع وجود دارد. گلها در فاصلهٔ ماههای اردیبهشت تا مرداد ظاهر می‌شود. تمام قسمتهای گیاه خوشبوست.



قسمت مورد استفاده: سرشاخه‌های گلدار خشک گیاه.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه بر روی سواحل سنگی، صخره‌ها ودیوارهای محلهای آفتابگیر، مراتع پست ومعمولا روی‌خاکهای آهکی در اروپای مرکزی وجنوبی می‌روید به‌انگلستان وویلز وارد شده است. درباغهاو گاهی اوقات روی دیوارهای قدیمی به‌طور خودرو رشد می‌کند. گیاه گلدار آن را گرد‌آوری می‌کنند و درسایه درحرارت کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی‌گراد می‌خشکانند.

ایران: مریم نخودی در نواحی‌مختلف البرز، کرج، نواحی‌شمالی‌ایران وآذربایجان می‌روید.

ترکیبات واثر: این گیاه حاوی اسانس فرار وتانن است. فعالیت معده را تحریک می‌کند و در روده خاصیت ضد اسهالی دارد. به‌التیام زخم کمک می‌کند.

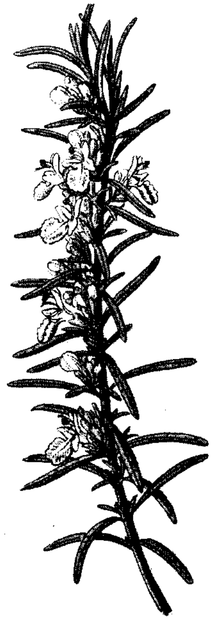
مصرف: معمولا دم‌کردهٔ آن‌را (نیم لیتر آب‌جوش را بر روی دوقاشق غذاخوری پر از گیاه خرد شده بریزید وبگذارید سردشود) برای ناراحتیهای معده، بی‌اشتهایی وبندرت اسهال مصرف می‌شود. اثرآن برروی‌بثورات جلدی ازطریق‌خوراکی مشکوك به‌نظرمی‌رسد، همچنین دم‌کردهٔ این گیاه را بر روی زخمها می‌مالند.

اکلیل کوهی

Rosemary

رزماری

(*Rosmarinus officinalis* L., Labiatae), Romero.



شرح: اکلیل کوهی درختچه‌ای است باشاخه‌های انبوه چوبی و ارتفاع ۵/۰ــ۲۰ متر که برروی شاخه‌های قدیمی تر پوست فلس‌مانندی دارد. پاجوشهای آن کرکدار است و برگهایی سوزنی شکل به‌طول ۱۵ــ۳۵ میلی‌متردارد. این برگها برگشته، با سطح فوقانی سبزرنگ وسطح تحتانی خاکستری تیره‌است. گلهای آن به‌طول یك سانتی متر ورنگ آبی روشن، به‌شکل دسته‌های ۲ــ۱۰ تایی درمحور برگ ظاهرمی‌شود. در بین ماههای فروردین تااوایل خرداد گل می‌دهد. تمام قسمتهای این گیاه بسیارخوشبواست.

قسمت مورد استفاده: ازبرگهای خشك وبندرت برگهای تازهٔ این گیاه (به‌عنوان چاشنی) استفاده می‌شود.

زیستگاه وکشت: گیاهی بومی مناطق مدیترانه‌ای است. بومی بریتانیا نیست ولی یك گیاه زینتی دراین کشوراست. تکثیر آن از طریق قلمه‌زدن ریشه یادانه (که البته بد رشد می‌کندوبرای رویش نیاز به بیش‌ازچهارهفته زمان دارد) انجام می‌گیرد. درجنوب اروپا به‌طورتجارتی کاشته می‌شود. پاجوشهای پربرگ آن‌را گردآوری می‌کنند و درحرارت کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی گراد می‌خشکانند وپس ازخشك شدن برگهاراجدا می‌کنند.

ایران: این گیاه‌در آذربایجان‌وکردستان می‌روید.

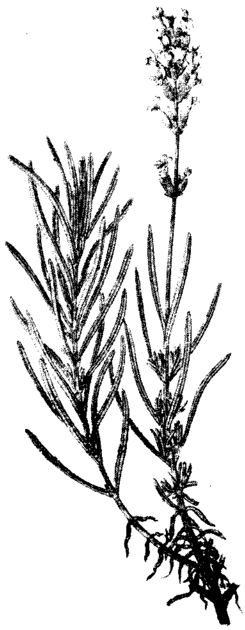
ترکیبات واثر: اکلیل کوهی حاوی اسانس‌فرار‌وتانن‌است. اثرضدعفونی کنندگی ومعرق دارد. ازراه خوراکی، بامقادیرداروییِ کم جریان خون را در اندامهای شکمی افزایش می‌دهد وترشح شیره‌های گوارشی و صفرارا تحریك می‌کند. همچنین یك‌داروی‌مدر است. با مقادیر زیاد باعث ایجاد اسپاسم و سرگیجه می‌شود.

مصرف: اکلیل کوهی رامعمولا به‌شکل پماد یا عرق به‌عنوان یك‌لینیمان برای درمان رماتیسم ودرمان میگرن مصرف می‌کنند. از دم‌کردهٔ آن (یك مشت برگ این گیاه رابانیم لیتر آب بجوشانید وبگذارید سرد شود) برای شستشوی زخمها استفاده می‌شود. از طریق خوراکی این دم‌کرده را به‌عنوان یك داروی پیشاب‌آور وبرای افزایش‌دهندهٔ ترشح صفرا مصرف می‌کنند. همچنین به‌عنوان چاشنی نیز مصرف می‌شود ولی بندرت اشتها را زیاد می‌کند.

Lavender

اسطوخودوس

(*Lavandula angustifolia* Mill. Lavender, *Lavandula latifolia* (L.) Vill. = Spike Lavender, Labiatae), Lavandula Vera.



شرح: دو گونه اسطوخودوس بوته‌های کوچکی است که ارتفاع آنها به ۷۰ سانتی متر می‌رسد وهریك در قاعده حالت چوبی پیدا می‌کند. پاجوشهای سبز وچهار گوش دارد. برگهای آن نیزه‌ای، باریك، به‌رنگ نقره‌ای تا خاکستری، کرکدار ولب برگشته‌است. در گونه L. latifolia طول برگها ۴-۶ برابر و درگونه L.angustifolia هشت برابر عرض آنهاست. گلهای این دو گیاه به‌شکل سنبله روی پایه قراردارد. زمان گل‌دادن آنها بین ماههای خرداد تا مهر است ولی درگونه L.latifolia گلها دیرترظاهر می‌شود. گونه L.angustifolia بوی مطبوع‌تری دارد.

قسمت مورد استفاده: گلهای خشك بدون پایه. از پاجوشهای گلدار واغلب از برگهای‌آن اسانس فرارتهیه می‌شود.

زیستگاه و کشت: اسطوخودوس به‌طور وحشی فقط درنواحی مدیترانه می‌روید ولی به‌وفوردرمناطق گرم اروپاازجمله بریتانیا در باغچه‌ها کاشته می‌شود؛ به‌طورپراکنده نیز می‌روید. کاشت تجارتی آن بااستفاده ازدانه انجام می گیرد وسپس آن را به‌فواصل ۵۰ سانتی‌متری می‌کارند. گلهای آن درسایه در حرارت کمتراز ۳۵ درجهٔ سانتی‌گراد خشکانده می‌شود.

ترکیبات واثر: گلهای اسطو خودوس حاوی اسانس فراروتانن است ومسکن سیستم اعصاب مرکزی و دستگاه تنفس است. یك پیشاب‌آورملایم است و خاصیت بادشکن دارد. همچنین باتأثیربررودهٔ کوچك نفخ رابرطرف می‌کند. دراستعمال خارج، اسانس آن محرك پوست است.

مصرف: تیزان‌این گیاه‌را(معمولاًمخلوط با گیاهان دیگر) به عنوان مسکن، بادشکن و خواب‌آور ملایم مصرف می‌کنند. گاهی ازآن برای کاهش سرفه وازبین بردن نفخ یااسهال استفاده می‌شود. همچنین می‌توان آن را به عنوان یك داروی مدر مصرف نمود (برای این منظوربهتراست از داروهای فعالتر دیگر استفاده کرد) . ازطریق خارجی عرق اسطو-خودوس را به شکل لینیمان برای درمان رماتیسم بکارمی برند ودم کرده‌آن‌رارویزخمها می‌مالند.

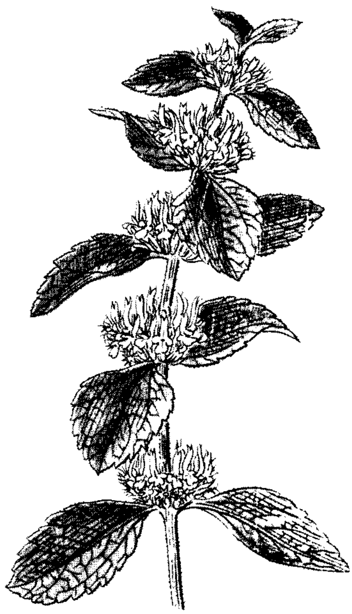
Horehound گندنای کوهی

(*Marrubium vulgare* L., Labiatae), Hoarhound, White Horehound.

قسمتهای مورد استفاده: سرشاخه‌های گلدار خشك و بندرت فقط برگها.

زیستگاه و کشت: این گیاه بومی جنوب اروپا است و در مناطق مرطوب، اماکن مخروبه و محلهای صخره‌ای می‌روید. با اینکه بومی انگلستان است ولی معمولاً در این کشور فراوان نیست. اغلب کاشته می‌شود و معمولاً به وسیلهٔ تکثیر غیرجنسی (رستنی) و بندرت دانه زیاد می‌شود. در فواصل ۴۰ × ۳۰ سانتی‌متر کاشته می‌شود. محصول آن‌را می‌توان چندین سال برداشت کرد. در سایه در حرارت کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی گراد خشکانده می‌شود.

ایران: در تهران، نواحی مختلف البرز، کرج، نواحی شمالی ایران، لاهیجان، بندر گز، جنوب و جنوب غربی ایران، اراك، تفرش، کرمان، سمنان، خراسان بین مشهد و قوچان می‌روید.



ترکیبات و اثر: این گیاه حاوی تانن، اسانس فرار و یك ماده تلخ است. به‌عنوان یك داروی مقوی برای تحریك اشتها مصرف می‌شود. در درمان برونشیت به‌خاطر دارا بودن اثر ضدالتهابی مصرف می‌شود. ترشح صفرا را تحریك می‌کند.

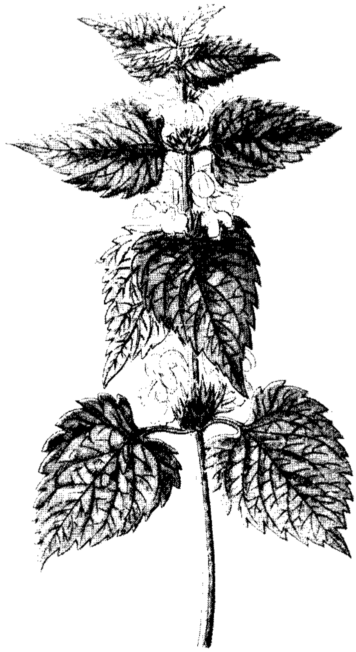
مصرف: از طریق خوراکی تیزان این گیاه (نیم لیتر آب سرد داروی یك مشت گیاه بریزید، بجوشانید و بگذارید سرد شود) برای ضعف هضم معده، بی‌اشتهایی، افزایش ترشح صفرا و برونشیت مزمن مصرف می‌شود. در استعمال خارج همین فرآورده را روی زخمها می‌مالند.

شرح: گیاهی است پایا که قسمت پایینی آن اغلب چوبی است و ارتفاع آن تا ۶۰ سانتی‌متر می‌رسد. شاخه‌های آن تقریباً چهار گوش، کرکدار، مایل به‌خاکستری، ساده یا بندرت منشعب است، برگهایی متقابل، نرم و بیضوی دارد که تا پنج سانتی‌متر طول پیدا می‌کند. سطح این برگها چروکیده و پوشیده از برآمدگی و حاشیه آنها دندانه‌دار است. گلهای آن کوچك، بین ۵–۷ سانتی متر، سفید و به‌شکل سنبله‌های محوری است. بوی مطبوع ضعیف و مزه تلخی دارد.

White Deadnettle

گزنه سفید

(*Lamium album* L., Labiatae), Archangel.



شرح: گزنه سفیدگیاه پایایی است که به‌وسیله ساقه‌های خزنده وزیرزمینی در سطح وسیعی گسترده می‌شود. شاخه‌های گلدار آن راست، به ارتفاع ۲۰ـ۴۰ سانتی‌متر، نرم و چهارگوش است. برگهایی متقابل، بیضوی با دمبرگ کوتاه یا بدون دمبرگ، به‌طول ۴ـ۷ سانتی‌متر، نـرم و با حاشیهٔ دندانـه‌ای دارد. گلهای آن به شکل دسته‌هـای ۶ ـ ۱۶ تایی حلقه‌ای ومحوری است. رنگ جام گل سفید مایل به زرد است ولب فوقانی بزرگ دارد. درفاصله ماههای اردیبهشت تا مردادگلها باز می‌شود.

قسمتهای مورد استفاده: ۱ـسر شاخه‌های گلدارخشك ۲ـ جام‌گل وپرچمها (خشك شده). احتمالاً تمام قسمتهای گیاه مؤثرتر از جام‌گل است.

زیستگاه و گردآوری: این گیـاه در پرچینها، کنار جاده‌ها، نزدیك طویله‌ها، روی زمینهای مرطوب و معمولاً در محلهای گـرم می‌روید. درسراسر اروپا، انگلستان وجنوب اسکاتلند به‌طورمعمول‌دیده می‌شود. گیاه گلدار آن راگردآوری می‌کنند وبسرعت درسایه در حـرارت کمتراز۳۵ درجهٔ سانتی‌گراد می ـ خشکانند.

ایران: درنواحی کوهستانی شمال تهران، کرج، شمیرانات ، کندوان، نواحی شمـالی ایـران از جمله:گیلان، آستارا، بنـدر گز و آذربایجان درکوه سهند، دیلمان و ارسباران می‌روید.

ترکیبات واثر: گزنـه سفید حـاوی اسانس‌فرار به‌مقدارجزیی،تانن،فلاونوییدها و موسیلاژ است. تنظیم‌کننده عمل روده است و به‌عنوان ضد التهاب در درمان التهاب مخاط برونشهای‌دستگاه تنفس‌مصرف دارد. خاصیت پیشاب آوری دارد وفواصل دفـع ادرار را کنترل می‌کند. اثرآن ملایم است.

مصرف: معمولاً از تیزان گزنـه سفید (۱ـ۲قاشق غذا خوری‌گیاه را با یك‌لیترآب بجوشانید و بگذارید سرد شود) برای تنظیم اعمال‌روده، اسهال، یبوست‌والتهاب مخاطهای دستگاه‌تنفس‌استفاده می‌شود. دراستعمال‌خارج این دم‌کرده را برای کمپرس ~~کردن~~ ولوسیون آن‌را برای سوختگیها وزخمهای دیگر به‌کار می‌برند.

Sage

مریم گلی

(*Salvia officinalis* L., Labiatae), Garden Sage, Red Sage.



شرح: مریم گلی بوته‌ای است به‌ارتفاع ۲۰ـ۶۰ سانتی‌متر که قسمت پایینی آن چوبی است و قسمت بالایی ساقه‌های چهار گوش پوشیده از کرکهای قابل لمس دارد. دارای برگهایی به طول ۳ ـ ۱۵ سانتی‌متر و عرض ۱/۵ـ۵ سانتی‌متر، متقابل، بیضوی و کشیده، به رنگ خاکستری مایل به‌سبز و کرکهای قابل احساس است. گلهای آن به‌رنگ آبی روشن تا آبی مایل به‌ارغوانی وطول ۲ـ۳ سانتی‌متر با لبه بالایی کوتاه است که به‌شکل حلقه‌های محوری شامل ۴ـ۸ گل درآمده است.

قسمت مورد استفاده: برگ‌های تازه یا خشك.

زیستگاه، کشت و گردآوری: گیاه بومی کشورهای مدیترانه است و در زمینهای سنگی می‌روید. به‌مقدار زیاد در باغچه‌ها کاشته می‌شود. در تجارت به‌وسیلهٔ دانه یا قلمه زدن ریشه در فواصل برابر ۳۰ × ۳۰ سانتی‌متر درخاکهای آهکی تکثیر می‌یابد. برگهای آن را درموقع گل دادن گیاه (خرداد تـا مرداد) ومجدداً در شهریور تا اواخر مهر ماه گردآوری می کنند و درسایه درحرارت کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی ـ گراد می‌خشکانند. بازدهٔ عمل ۱۵ـ۴۰ کیلو گرم درهرصد مترمربع است.

ترکیبات واثر: مریم گلی حاوی اسانس فراراست. بامقادیر دارویی کم، این گیاه دارای اثـر ضدالتهاب، بویژه برروی مخاطها است. یـك پیشاب آور ملایم است وهمچنین ترشح عرق بـدن راکنترل می کند. مقادیر زیاد آن سمی است. گردش خـون را در انـدامهای شکمی افزایش می‌دهد واحتمالاً برای سیستم اعصاب مرکزی مضر است. بـه خاطر وجود تانن این گیاه خاصیت ضد التهابـی وقابض دارد.

مصرف: از دم کـردهٔ این گیاه (یك لیتر آب سرد را برروی ۱ـ۲ قاشق غذا خوری از برگهای کاملاً ساییده بریزید، بجوشانید و بگذارید سرد شود) به عنوان دهان شویه و غرغره برای رفع التهابات دهان وگلو (التهاب لوزه‌ها و لثه‌ها) مصرف می‌شود. در استعمال خارج به‌شکل لوسیون یاکمپرس برای زخمها استفاده دارد. ازراه خوراکی آن را بـرای کاهش عـرق شبانه در بیماران مبتلا بـه سل مصرف می کنند. بندرت به‌عنوان داروی مدر، ضداسهال یامحرك ترشح صفرا نیز به کار می رود. درآشپزی ازبرگهای تازه آن به‌عنوان چاشنی، همراه باگوشت، ماهی وغیره استفاده‌می‌شود.

Golden Monard

(*Monarda didyma* L., Labiatae).



شرح : گیاهی زیبا ، پایا، به ارتفاع ۵۰ـ۹۰ سانتی‌متر با ساقه‌های خزنده متعدد است، ساقهٔ آن تقریباً چهار گوش و در قسمت بالایی منشعب است. طول برگهای آن تا ۱۰ سانتی‌متر می‌رسد و به‌شکل برگ‌های نیزه‌ای، بیضوی با حاشیه دندانه‌ای و رگبرگهای کناری خمیده است و به حاشیه برگ منتهی می‌شود . گلهای آن بسیار براق، به رنگ سرخ روشن است و در دسته‌های ۲ـ۶ تایی در حلقه‌های انتهایی قرار دارد . طول جام آن تا ۶ سانتی‌متر می‌رسد. در فاصله ماههای تیر تا شهریور گل می‌دهد.

قسمتهای مورد استفاده: جامهای جدا شدهٔ گل یا گلهای کامل و یا گیاه گلدار خشک شده .

زیستگاه و گردآوری: این گیاه بومی آمریکای جنوبی و قسمتهای شرقی ایالات متحده آمریکا است.(در اروپا به‌عنوان یك گیاه زمینی کاشته می‌شود و گاهی به شکل پراکنده نیز وجود دارد). ازطریق دانه تکثیر می‌یابد ولی بهتر است برای تکثیر از تقسیم کردن ریشه‌های فراوان گیاهان دوساله استفاده شود. گیاه گلدار آن را گردآوری می کنند و در سایه در حرارت کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی گراد می‌خشکانند.

ترکیبات و اثر: در گل و سایر قسمتهای این گیاه اسانس فراروتانن وجود دارد. اثر آن بر روی دستگاه گوارش واحتمالاً قاعدگی است. در برونشیت به عنوان خلط‌آور و مسکن مصرف می‌شود (اثر این گیاه ضعیف و در مورد آن اغراق شده است).

مصرف: دم کردهٔ آن را (یك قاشق مرباخوری از گیاه را درنیم لیتر آب جوش دم کنید و بگذارید سرد شود) برای اختلالات گوارشی، قاعدگی نامنظم و دردناك و التهاب مخاط برونشها مصرف می کنند . براساس تحقیقاتی که اخیراً به عمل آمده است اثر آن در بیخوابی ثابت نشده است. دم کردهٔ این گیاه (بهتر است برای تهیه آن از تمام قسمتهای گیاه استفاده شود) روی زخمها مالیده می‌شود .

Balm

گل حنا

(*Melissa officinalis* L., Labiatae), Bawm, Lemon Balm, Sweet Balm.

بلسان بادرنجبویه، ترنجان



شرح: علفی است پایا، معطر، به طول ۳۰–۱۰۰ سانتی‌متر که هرسال بزرگتر می‌شود. ساقهٔ آن چهارگوش وگاهی کرکدار است و درابتدا انشعابات جزیی دارد ولی درمنطقه گلدار بسیار منشعب می‌شود. برگهایی متقابل، بیضوی یا مثلثی به‌طول ۳–۵ سانتی‌متر دارد (برگ شاخه‌های گلدار به‌طورمشخصی کوچك است). این برگها گاهی کرکداراست وحاشیه دندانه‌ای عمیق دارد. طول برگهای آن بین ۰/۸–۱/۵ سانتی‌متر و نامعلوم است. جام گل سفید رنگ است وگلها به شکل دسته‌های ۳–۶ تایی روی یك دمگل کوتاه در محور برگها قراردارد.

قسمت مورداستفاده: برگهای خشك شده. گاهی نیز ازپاجوشهای گلدارآن به‌طور خانگی استفاده می‌شود.

زیستگاه وکشت: گیاه بومی مناطق مدیترانه شرقی است. در اروپای جنوبی به عنوان گیاه زینتی وگاهی‌نیز درمناطق سنگی پراکنده است. معمولاً درجنوب انگلستان دیده می‌شود ودر بعضی‌محلها پرورش‌داده می‌شود. کشت آن به‌وسیلهٔ دانه که به آهستگی رشد می‌کند، ویا با تقسیم گیاه در خاك خوبی که زیادخشك نباشد، انجام می گیرد. در مساحتی برابر ۴۰ × ۳۰ سانتی‌متر کاشته می‌شود. گیاه را ۲–۳ مرتبه در سال بمحض اینکه ارتفاع پاجوشها به ۳۰ سانتی‌متر رسید، گرد آوری می‌کنند. این گیاه را باید تاحدامکان بسرعت درسایه ودرحرارت کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی‌گراد خشکانند زیرا اگراین عمل به آهستگی انجام شود برگها بسرعت قهوه‌ای رنگ می‌شود. این گیاه ممکن است بین ۴ – ۸ سال محصول بدهد. بازدهٔ عمل از سال دوم بین ۲۰-۳۵ کیلو گرم درهرصد مترمربع است.

ایران: این گیاه‌دراطراف تهران، نواحی شمالی وشرقی ایران و آذربایجان می‌روید.

ترکیبات واثر: گل حنا حاوی اسانس فراراست. با مقادیرکم یك داروی باد شکن است ولی مقادیرزیادآن خاصیت خواب‌آور (Soporific) ملایم دارد. فشارخون راکمی پایین می‌آورد وتعداد نبض را کاهش‌می‌دهد.

مصرف: دم‌کردهٔ گل حنا (۵–۲۵ گرم گیاه را دریك لیتر آب جوش بریزید ولی نجوشانید) رابرای اختلالات معدی، تهوع، دردشکم وتسکین حالات عصبی ودربرونشیت به عنوان خلط آور (این‌اثر موردتردید است) مصرف می‌کنند.

Hyssop

زوفا

(*Hyssopus officinalis* L., Labiatae).



شرح: زوفا گیاهی با شاخه‌های چوبی کوتاه، پایا و چهارگوش است. پاجوشهای براقی به‌طول ۲۰ـ۶۰ سانتی‌متر دارد که‌معمولاً می‌ریزد. دارای برگهایی به طول ۱/۳ سانتی‌متر و عرض ۲ـ۸ میلی‌متر، متقابل خطی یا نیزه‌ای و کرکهای فراوان در دو طرف برگ است. گلهای آن درمحور برگها تجمع می یابد. گل آذین آن یکطرفه است. جام گل به‌رنگ آبی یا آبی‌مایل به بنفش (و بندرت‌صورتی یا حتی سفید است). گلهای آن در فاصله ماههای تیر و مرداد ظاهر می‌شود. تمام قسمتهای این گیاه بویی معطر و مزه‌ای گس و گاهی تلخ دارد.

قسمت مورد استفاده: سرشاخه‌های گلدار خشك شده.

زیستگاه وکشت: این گیاه بندرت بحالت وحشی وگاهی در اطراف باغچه‌ها در اروپا می‌روید. به بریتانیا آورده شده است. سابقاً بیشتر به شکل علف کاشته می‌شد وهنوز نیز گاهی آن‌را به‌عنوان‌یك گیاه‌زینتی‌می‌کارند. کشت آن به وسیلهٔ دانه یا تقسیم ریشه‌ها با فواصل ۳۰ سانتی‌متری انجام می‌گیرد. این گیاه رابایدپس‌از چهارسال محصول برداری احیاکرد. پس از برداشت محصول، گیاه را باید در سایه در حرارت کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی‌گراد خشکاند. بازدهٔ عمل ازسال دوم ببعد بین ۲۰ـ۴۰ کیلوگرم در هرصد مترمربع است.

ایران: این گیاه درشمال غربی ایران و وبلوچستان می‌روید.

ترکیبات واثر: زوفا حاوی اسانس‌های فرار، فلاونوییدها ومقدارکمی تانن است. اساساً از آن برای تحریك ترشحات معده و و افزایش اشتها استفاده می‌شود. همچنین یك داروی پیشاب آور و ضد اسپاسم‌است و در برونشیت به عنوان یك ضد التهاب مصرف می‌شود.

مصرف: دم‌کرده زوفا را (یك لیتر آب سرد را برروی یك مشت از گیاه بریزید، بجوشانید وبگذارید سرد شود) عمدتاً برای تحریك اشتها (همچنین همراه با سایر مواد متشکله درتعدادی‌ازلیکورها)مصرف‌می‌کنند. در بعضی مواقع به عنوان ضد التهاب در برونشیت ونیزضد اسهال و ازبین برنده نفخ به کار می‌رود. در آشپزی به عنوان چاشنی مصرف دارد.

Marjoram

مرزنگوش وحشی

(*Origanum vulgare* L., Labiatae), Wild Marjoram.

زیستگاه‌وگردآوری: بومی اروپای مرکزی است ودرخاکهای آهکی یا سیلیسی درنواحی گرم، مراتع فقیر یاکنار جاده‌ها می‌روید. در انگلستان وویلز فراوان است و دراسکاتلندنیزمی‌روید. به‌هنگامی که گیاه گلدار است جمع‌آوری شده و در سایه در حرارت کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی گرادخشک می‌شود.

ایران: این گیاه در **اصفهان** ، لرستان، خوزستان، فارس، بلوچستان، خراسان ویزد می‌روید.



ترکیبات‌واثر: دارای‌اسانس فراروتانن است. خواص گندزدایی‌دارد: ازراه‌خوراکی برای دستگاه گوارش واز راه خارج به شکل مالیدنی برروی زخمها مالیده می‌شود. این گیاه مانند آویشن یك خلط‌آور، مسکن‌سرفه، ضد اسهال وضدالتهاب است. ازراه خارج به شکل لوسیون آرام‌کننده مصرف می‌شود. نوع پرورش یافتهٔ این گیاه(Marjorama hortensis) برای منظورهای مشابه‌مصرف می‌شود. اثرگندزدایی‌آن‌کمتراست امااثرآن برروی دستگاه‌گوارش قوی‌تراست.

مصرف: معمولاً به‌شکل‌دم‌کرده (نیم‌لیتر آب‌جوش را برروی ۲ قاشق‌غذاخوری گیاه خردشده‌بریزید) درسیاه‌سرفه به‌کارمی‌رود. این دم‌کرده برای‌درمان‌سرفه‌های‌دیگرنیزمصرف‌می شود. همچنین برای‌اسهال وبه‌شکل دهان‌شویه برای‌رفع‌التهاب دهان وگلوو به‌شکل مالیدنی برای زخمها ونیز در حمامهای تقویتی برای کودکان ضعیف به‌کارمی‌رود.

شرح: گیاهی است‌پایابه‌ارتفاع ۲۰ـ۵۰ سانتی‌مترکه دربالا منشعب وغالباً سرخ‌رنگ است. تمامی‌گیاه تارهای غده‌ای دارد. برگها متقابل، ازنظر اندازه بسیارمتغیر و در پایین گیاه بسیاربزرگتراست (تا ۵ سانتی‌متر طول دارد) اما هرچه به طرف رأس گیاه می‌رود کوچکترشده وبه شکل تخم مرغی یا بیضوی در می‌آید. حاشیه برگها صاف یاکنگره‌ای است. گلها به طول ۴ ـ ۷ میلی‌متر به رنگ صورتی یا سرخ به شکل خوشهٔ افشان روی شاخه‌ها قراردارد. زمان گل دادن بین تیرتا شهریور است. تمام قسمتهای گیاه‌بوی‌مطبوع معطری شبیه آویشن دارد.

قسمت مورد استفاده: گیاه‌گلدار خشک شده.

Wild Thyme

سیسنبر

(*Thymus serpyllum* L., Labiatae), Mother of Thyme, Serpyllum.

آس بویه، ککلیك اودی



شرح: گیاهی‌است پایا و ازلحاظ شکل بسیار متغیر. یك‌ریشه اصلی داردکه ساقه‌های خزندۀ فراوانی به رنگ قرمز یا سبز از آن منشعب می‌شود. قطر ساقه‌ها ۱ تا ۲ میلی‌متر وبه ارتفاع ۳۰ سانتی‌متراست ومی‌توانندیك پوشش کامل را تشکیل دهند. ساقه‌ها دارای جوانه‌های گلدار به‌ارتفاع ۲-۱۵ سانتی متر هستند. برگها تخم مرغی یا نیزه‌ای بوده و تا ۱۶ میلی‌متر طول و۲تا۸ میلی‌متـر پهنا داشته وکم‌وبیش کرکدارهستند. گلها صورتی‌رنگند و در رأس‌ساقه به‌طور فشرده قرار گرفته‌اند. تمام قسمتهای گیاه بسیارمعطراست وبویی‌شبیه آویشن یا لیمودارد. درماههای اردیبهشت تا شهریور گل می‌دهد.

قسمت مورداستفاده: گیاه گلدار خشك شده. گیاهانی که بوی آویشن دارند از نظر دارویی مطلوب‌ترند.

زیستگاه وگرد آوری: در سواحـل رودخانه‌ها، کنار جاده‌ها، در نواحی خشك و سنگی و مراتع کوهستانی سرتاسر اروپا می‌روید ، در انگلستان به‌وفور می‌روید. گیاه گلــدار را جمع‌آوری‌کرده و درسایـه در حرارتـی کمتر از ۳۵ درجۀ سانتی‌گـراد می‌خشکانند .

ایران: این‌گیاه در گــرگان ، اصفهان ، کرمان ونواحی مرکزی ایران می‌روید.

ترکیبات و اثر: اسانس فـرار ترکیب اصلی‌آن است،همچنین مقدارکمی تانن‌دارد. این‌گیاه دارای خـاصیت ضد التهابی برای برونشیت وتسکین سیاه سرفـه است. بـرای ناراحتیهای گوارشی نیز مصرف می‌شود.

مصرف: دم کردۀ گیاه (۱-۲ قاشق غذاخوری از خرد شده گیاه را در نیم لیتر آب بریز یدو بگذاریدبماند. آن‌را نجوشانید) برای برونشیت‌وبیشتر برای‌سیاه سرفه به‌کارمی‌رود. دارای خاصیت ضد اسهالی هم هست. دم کرده آن‌را برروی زخمها می‌مالند .

آویشن شیرازی

Thyme

(*Thymus vulgaris* L., Labiatae). Common Thyme, Garden Thyme.



شرح: یك بوتهٔ ضعیف به ارتفاع ۱۰–۳۰ سانتی متـر و بندرت خوابیده است. شاخه‌های آن کوتاه وچوبی است (درآب وهوای سرد آویشن شیرازی گیاهی است یك‌ساله و علفی) . طول برگها بـه ۴–۱۰ میلی‌متر می‌رسد ومتقابل، باریك یا بیضوی هستند. حاشیهٔ برگها تا حدودی برگشته است. سطح بالایی کمی کرکدار است. سطح زیـریـن دارای کرکهای قابل لمس است . طول گلها ۳–۷ میلی متر بـه رنگ صورتی یا بنفش است و درمحوربرگهای فوقانی به‌شکل فـراهم قرار گرفته‌اند. زمان گل‌دادن بین خرداد تا مرداد است. تمام بخش‌های گیاه دارای طعم وبوی معطرومطبوعی است.

قسمت مورداستفاده: جوانه‌های گلدار.

زیستگاه وکشت: بومی کشورهای منطقه مدیترانه است وگاهی هم بـه حالت وحشی یافت می‌شود. عموماً بـه شکل سبزی آشپزی ونیزیك گیاه دارویی‌کشت می‌شود. معمولاً ازطریق دانه درفواصل ۲۵ سانتی‌متری‌کاشته می‌شودوپس‌ازبیرون‌آمدن گیاه را درفواصل ۲۵ سانتی‌متری‌می‌کارند. کشت تجارتی‌فقط در نواحی گرمسیر رضایتبخش است. اگر برگها فقط لازم باشدگیاه راپیش ازگل‌دادن جمع‌آوری‌می‌کنند،وگرنه‌گیاه‌گلدار راگردآوری مـی‌کنند. خشك کـــردن در سایـه و در حرارتی‌کمتر از۳۵ درجهٔ سانتی‌گراد انجام می‌گیرد. بازدهٔ آن ۱۵–۳۰ گیلوگرم در هر صد مترمربع ازسال دوم به‌بعداست.

ایران: این گیاه بـه حـالت وحشی در ایران دیده نشده‌است.

ترکیبات و اثر: اسانس فـرار حـاوی تیمول وکمی تـانـن دارد. آویشن شیـرازی به طور قـابل ملاحظه‌ای‌گندزدا است. فلور روده‌ای راتغییرمی‌دهد. اشتهاآور است. ضد التهـاب و مسکن سرفـه هـای اسپاسموتیکی است.

مصرف: بـه‌شکل دم کرده (۱–۲ قاشق غـذا خوری از بـرگ را در یك لیتر آب بجوشانید وبگذارید بماند) از راه خوراکی برای درمان سیاه سرفه وانواع دیگرسرفه‌ها به‌کارمی‌رود (شربت‌آویشن شیرازی نیزهمین اثررا دارد) . برای اسهال و ناراحتی هـای گوارشی نیزبه‌کارمی‌رود.

اثرضد کرمی آن مورد تردید است. از راه خارجی برای التیام زخمها تاثیر عـالـی دارد.

Spearmint

نعناع

(*Mentha spicata* L. var *crispata* Schrad., = *M. viridis* auct., Labiatae), Garden Mint.



شرح: در بین گونه‌های مختلف نعناع این گونه بیشتراز همه کشت می‌شود. همچنین در مناطق بسیاری می‌روید. گیاهی است با ریشه هوایی وساقه‌های مستقیم وچهار گوش. برگها به طول ۳-۵ سانتی‌متر، متقابل،نیزه‌ای یا دوکی- نیزه‌ای است وحاشیهٔ آن دارای بریدگیهای عمیق است. بریدگیهای کنارهٔ آن نوك تیز است. کرك برگ‌ها کم است. گلها بنفش رنگ و کوچك است و به شکل فراهم دریك سنبلهٔ استوانه‌ای درانتهای ساقه قرار گرفته‌است. تمام قسمتهای گیاه بوی معطر قوی داردکه‌ازنعناع فلفلی آن‌را متمایزمی‌سازد.

قسمت مورد استفاده: برگهای‌خشك‌شده. برای مصارف خانگی ازجوانه‌های گلدار و برگدار نیزاستفاده می‌شود.

زیستگاه وگردآوری: معمولاً درسرتاسر جهان کشت می‌شود. به‌انگلستان آورده شده است و در بسیاری از مناطق، معمولاً مناطق مرطوب بومی شده است. تکثیر آن از طریق ریشه زیرزمینی انجام می گیرد. گاهی‌ازطریق دانه نیزتکثیر می‌شود. معمولاً دوبار در سال برداشت می‌شود: یك باردرخرداد ویك بارمهر. آن‌را درسایه ودرحرارتی کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی‌گراد می‌خشکانند.

ایران: این گیاه درنواحی شمالی ایران واطراف تهران به‌حالت وحشی می‌روید.

ترکیبات واثر: دارای یك اسانس فرار است که اختلاف قابل‌ملاحظه‌ای با اسانس نعناع فلفلی دارد و دارای مانتول نیست ولی مانند زیره دارای‌کاروون (Carvone) است. تانن هم‌دارد. نعناع ترشح معده را زیاد می‌کند و گفته میشودکه برروی ترشح صفرا اثر دارد (ثابت نشده است).

مصرف: به‌شکل تیزان (نیم لیترآب سرد را برروی یك قاشق غذا خوری گیاه‌بریزید، آن‌را به‌جوش‌آورید و بگذارید بماند) برای ناراحتی‌های معدی ونیزبرای اسهال ناشی‌از چایمان و برای تحریك ترشح صفرا دریرقان وسایر بیماریهای کبدی به کار می‌رود. در ایالات متحده مقدارزیادی ازآن برای تولید اسانس‌های فرار مصرفی درساخت آدامس کشت می‌شود.

Peppermint

نعناع فلفلی

(*Mentha x piperita* L., Labiatae).



شرح: این گیاه یك دو رگـه حاصل از M.aquatica وM.spicata است. گیاهی است پایا که توسط ساقه‌های خزنده هوایی وزیرزمینی تکثیر می‌یابد. ساقـه‌ها چهار گوش به طول ۴۰ــ۸۰ سانتی‌متر است که در سطح تحتانی غیر منشعب اما درسطح فوقانی بیشتر منشعب است. برگها برحسب گونهٔ گیاه تاحـدودی متغیرودوکی تـا نیزه‌ای شکل هستند و ۴ــ۸ سانتی‌مترطول و۱/۵ــ۲/۵ سانتی‌متر عرض دارند. رنگ برگها سبز تاسبز مایل بـه قرمز است وحاشیهٔ آنهـا دندانه های عمیق دارد. گلها به‌طول تقریبی۸ میلی‌متراست وجام آنها صورتی مایل به‌قرمز است ودرمحور برگه‌ها به صورت گروههایی منظم شده‌است وغالباً به یـك سنبله انتهایی ختم می‌شود . تعدادی از گونه هـای مختلف این گیاه شناخته شده‌اند که ازلحاظ رنگ برگها وساقه و نیز عطر با همدیگر تفاوت دارند.

قسمت مورد استفاده: از برگهای خشك یامعمولاً تمامی گیاه برای مصارف خانگی و نیزاستخراج اسانس فراراستفاده می‌شود.

زیستگاه وکشت: واقعاً به حالت وحشی نیست. در گودالها وکنارجاده‌ها در سراسر انگلستان می‌روید. توسط ساقـه‌های خـزنـده بـافـاصله ۳۰ × ۱۵ سانتی‌متر ازهمدیگر در خاك غنی وسبك کـه زیـاد خشك نیست کشت می‌شود (بندرت ازطریق دانـه کشت می‌شود که فقط مقدارکمی ازنعناع فلفلی اصیل‌تولید می‌کند)، پس‌ازشاخه آوردن وگل‌دادن سالیانه دوبارمی‌توان برداشت‌کرد (درخرداد ــ تیر ودرپاییز). خشك‌کردن تـاحـد امکان سریع است و درسایه درحرارتی‌کمتر از۳۵ درجهٔ سانتی گراد انجام می‌شود. بـازده ۱۰ــ۲۵ کیلوگرم درهر۱۰۰ مترمربع است.

ایران: درنواحی شمالی‌ایران واطراف تهران می‌روید.

ترکیبات واثر: دارای یك اسانس فرار حاوی مانتول‌وتانن‌است. نعناع فلفلی گندزدا، بادشکن و ضد اسپاسم است بویژه در دستگاه گوارش. ترشحات معـده و صفرا را تحریك کرده وخاصیت ضدالتهابی دارد.

مصرف: معمولاً به شکل دم‌کرده (آن را نجوشانید) برای بی‌قوتی‌معده وروده، اسپاسم دستگاه گـوارش، نفخ، یـرقـان و سنگهای صفراوی مصرف می‌شود. استنشاق‌آن بـرای سرماخوردگی وعفونتهای گلو بسیارمفیداست. آن‌را برروی زخمها نیزمی‌مالند.

Belladonna

شابیزك

(*Atropa belladonna* L., Solanaceae), Deadly Nightshade, Dwale, Devil's Cherries.

مهرگیاه، سگ شکن



شرح: گیاهی است پایا به‌ارتفاع ۵۰–۲۰۰ سانتی‌متر باریشه‌های منشعب ستبر. برگها به‌طول ۲۰ سانتی‌متر، به‌شکل بیضی با نوك تیز وکرکدار‌اند. طول جام گلها تا ۲/۵ سانتی‌متر می‌رسد و به شکل زنگوله هستند. رنگ سطح خارجی آن بنفش تیره ورنگ داخل آن زرد تیره مایل به‌قهوه‌ای است ورگه‌های بنفش‌رنگی دارد. میوهٔ ستهٔ آن به‌اندازهٔ یك گیلاس کوچك است که ابتدا سبز است وسپس سیاه می‌شود. عصاره این میوه بنفش است.

قسمت مورد استفاده: ریشه و برگ

زیستگاه وگردآوری: دربیشه‌ها ومراتع روی خاکهای آهکی دربیشتر قسمتهای اروپا وغرب آسیا می‌روید. بومی انگلستان و ویلز است اما نسبتاً نادراست وبرروی گچ وسنگ آهك می‌روید. عموماً به مقادیر تجارتی از طریق دانه یا قلمه‌ریشهٔ آن درفواصل ۶۰ × ۶۰ سانتی‌متری تکثیرمی‌شود. درمدت ۳–۵ سال اول فقط برگها وجوانه‌های گیاه گلدارجمع‌آوری می‌شود. پس‌از۳–۵ سال اول ریشه‌ها را هم می‌توان جمع کرد. در آفتاب یا در حرارت ۶۰ درجه خشك می‌شود. بازده آن ۱۰–۲۵ کیلوگرم برگ خشك درهر ۱۰۰ متر مربع است.

ایران: این گیاه درنواحی شمالی ایران مانند گیلان، طوالش، چالوس واسالم می‌روید.

ترکیبات واثر: برگ و ریشهٔ شابیزك حاوی آلکالوییدهای بسیارسمی است که بیشتر آن هیوسیامین است. بامقادیر دارویی برای درمان قولنجهای روده‌ای وصفراوی به‌کار می‌رود. ترشحات غدد بزاقی وعرق راکاهش داده ومردمك را منبسط می‌کند. مقادیرزیادآن سبب تهییج وبه‌دنبال آن خواب آلودگی می‌شود و ممکن است کشنده باشد. میوه‌های آن نیز حاوی همین آلکالوییدها است. تمام بخشهای گیاه بی‌نهایت سمی است.

مصرف: شابیزك باید تحت نظر پزشك فقط برای درمان اسهال عصبی ونیز یبوست، درمان بی‌اختیاری ادرار وبیماریهای چشم مصرف شود.

بنگ‌دانه — Henbane

بذرالبنج

(*Hyoscyamus niger* L., Solanaceae), Hyoscyamus, Hogbean



شرح: گیاهی یک‌ساله یادوساله‌است. گیاه دوساله یک‌طوقی از برگها در سال اول و یک‌محور گلدار ۳۰ـ۱۵۰ سانتی‌متری ساده‌یا پرانشعاب درسال دوم تشکیل‌می‌دهد. برگهای آن دوکی یا تخم مرغی پرکرک، باحاشیهٔ کنگره‌ای به‌طول ۶ـ۱۵ سانتی‌متردر گیاه وحشی‌است. بعضی‌از نژادهای پرورش یافته برگهایی به طول ۴۰ سانتی‌متر دارند. گلها قیفی شکل، سفید مایل به‌زرد یازرد تیره همراه بارگه‌های قهوه‌ای‌یا ارغوانی است‌که تاحدودی به شکل خوشهٔ افشان یك طرفه‌است. میوه: کپسولهایی است بـا سرپوش جداشدنی. زمـان گل‌دادن بین اردیبهشت تامهراست.

قسمت مورداستفاده: برگهای خشك‌شده و گاهی‌تمامی گیاه گلدار ودانه‌های‌خشك‌شده.

زیستگاه وکشت: در مناطق بایـر ، کنار جاده ها و پـرچینها مـی‌روید . درسراسر انگلستان در زمین هـای شنی و معمولاً در نزدیك دریا یا رودخانه ها پـراکنده است. با کاشتن دانه در ردیفهایی به فاصلهٔ ۳۰ـ۵۰ سانتی‌متر بـرای مصـارف پزشکـی کشت می‌شود. درپایان تـابستان سال اول برگهای گیاه دو ساله جمع آوری می‌شود. گیاهـان یـك ساله باآغاز گـل‌دادن چیده می‌شوند. خشك‌کردن درحرارت ۶۰ درجهٔ سانتی‌گراد در سایه یا آفتاب انجـام مـی‌شود. بـازدهٔ ۱۰ـ۲۰ گیلوگرم درهرصد مترمربع است.

ایران: این‌گیاه دراطراف تهران، کرج، نواحی شمـال ایـران، آذربایجان، اراك و تفرش می‌روید.

ترکیبات و اثر: بنگ‌دانه حاوی‌آلکالو- ییدهایی بسیار شبیه شابیزك، ولـی به مقادیر کمتر، است. تأثیراین‌گیاه همانند بلادون‌ولی ضعیف‌تراست. تمام قسمتهای گیاه سمی‌است.

مصرف: بنگ دانـه بـه علت دارابودن خاصیت سمی باید فقط بانظارت پزشك‌برای تمام موارد مصرف مربوط به شابیزك مصرف شود. روغن بنگ‌دانه عصارهٔ روغنی برگهای آن است‌که به‌عنوان مرهم درد ازآن استفاده می‌شود.

Stramonium

تاتوره

(*Datura stramonium* L., Solanaceae), Thornapple, Jimson Weed, Stinkweed.



شرح: گیاهی است یك‌ساله به ارتفاع ۳۰–۱۲۰ سانتی متر. ساقه‌ای ستبر وگرد با انشعاب دوبخشی دارد. برگها دارای دمبرگ، تخم‌مرغی یامثلثی‌شکل باحاشیه‌های‌دندانه‌دار یاکنگره‌ای وگاهی بزرگتر از ۲۰ سانتی‌متر است. گلها در هرمحور منفردند و جامی بزرگ، سفید رنگ وقیفی شکل دارند. میوهٔ یك کپسول خاردار (وبندرت غیرمسلح) است که باچهارشکاف بازمی‌شود وحاوی دانه‌های سیاه‌رنگ بسیاری است. تمام قسمتهای گیاه یك بوی نامطبوع وتهوع‌آوردارد. زمان گل‌دادن بین خرداد تاشهریوراست.

قسمت مورد استفاده: برگ ودانه خشك شده.

زیستگاه، کشت وگردآوری: بومی‌خاور- نزدیك است اما به‌حالت وحشی در سراسر مناطق بایر و مزارع اروپا می‌روید، ولی‌فقط چند سال درهمان محل دیده می‌شود. به انگلستان وارد شده است وکم وبیش بومی شده‌است ولی‌فراوان نیست. برای مصارف پزشکی دانهٔ‌آن‌را درفروردین‌ماه درزمینهایی که خوب‌کود داده شده‌است درردیفهایی به فاصلهٔ ۵۰ سانتی‌متر ازهمدیگر می‌کارند. برگها راهنگامی که گیاه‌گلدار است ونیز در مواقع بعد جمع آوری می‌کنند. دانه‌ها را هنگامی که‌کپسول‌بازمی‌شودوسیاه‌شده‌اندجمع آوری می‌کنند. دانه‌های نارس‌قهوه‌ای‌رنگ هستندونبایدآنها رامصرف کرد. بازده۱۵–۲۵ کیلوگرم برگ و۳–۸ کیلوگرم‌دانه درهر- صد مترمربع است.

ایران: تاتوره دراطراف تهران، کرج، آذربایجان، بلوچستان، گیلان و خراسان می‌روید.

ترکیبات واثر: تاتوره دارای همان آلکالوییدهای شابیزك اما به مقدار متفاوت است. اثر آن برروی دستگاه‌گوارش، غدد عرق، غددگوارشی ومردمك چشم شبیه‌شابیزك است. بامقادیردارویی اثرتحریکی‌آن‌برروی دستگاه اعصاب مرکزی بسیارکمتراست اما اثر تسکینی‌آن برجاست. تمام قسمتهای گیاه سمی‌است.

مصرف: تاتوره به‌علت‌دارابودن‌خاصیت سمی باید تحت نظارت پزشك مصرف شود. برای تسکین‌آسم ازتنطورآن ونیزاز سیگار- های ضد آسم که حاوی تاتوره است استفاده می‌شود.

Hedge Hyssop

(*Gratiola officinalis* L., Scrophulariaceae)



شرح: گیاهی است پایا با ریزومهای نازك سفید و خزنده. ساقه هوایی آن که ۱۵ــ۳۵ سانتی‌متر ارتفاع دارد ،ساده و گاهی منشعب است. قسمت بالایی آن غالباً چهار گوش است. برگها متقابل، بدون دم، سبز رنگ، بدون کرك، کوچك و نیزه‌ای‌اند و درقسمت فوقانی گیاه حاشیهٔ آنها دندانه‌های سطحی دارد. گلها تقریباً ۱/۵ سانت طول دارند و بر روی دمگلهای کوتاهی درمحور برگها قرار گرفته‌اند. جام گل زیبا وقاعده آن لوله‌ای است.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: در زمین‌های باتلاقی و گرم مناطق جنوبی‌اروپا می‌روید. گیاه وحشی راهنگامی‌که گلدار است جمع‌آوری کرده وبسرعت در حرارت ۶۰ درجهٔ سانتی‌گراد می‌خشکانند. این گیاه در انگلستان پرورش نمی‌یابد و بومی این کشور نیست.

ایران: این گیاه درنقاط مختلف ایران می‌روید.

ترکیبات و اثر: تمام بخشهای گیاه و بویژه برگهای آن دارای ترکیبات بسیار فعالی است و بامقادیر دارویی خاصیت مسهلی شدیدی دارد. مانند گل انگشتانه کارقلب را تقویت می‌کند وبرای خیزعمومی مدر نیرومندی‌است. مصرف مقادیرزیاد آن سمی‌است وممکن است به مرگ منجرشود.

مصرف: به عنوان یك مسهل قوی ونیز یك مدر برای خیزعمومی‌وبندرت برای‌درمان نقرس وبه عنوان مقوی قلب مصرف می‌شود. به‌علت سمیت قابل‌ملاحظه باید بادقت زیاد مصرف شود. تاحد امکان فقط تحت نظارت پزشك باید مصرف شود.

Speedwell

سیزاب طبی

(*Veronica officinalis* L., Scrophulariaceae), Bird's Eye, Common Speedwell.



شرح: گیاهی است پایا و خزنده، بجز ساقه گلدار آن، که مستقیم است و ۵ــ۲۰ سانتی‌متر طول دارد. برگها به‌طول ۱ــ۳ سانتی‌متر، متقابل، تخم مرغی یادوکی، کمی کرکدار با دندانه‌های ریز. گلها آرایش خوشه‌ای طویلی دارند. گلها کوچك ۵ تا ۷ میلی‌متر، جام گلها ازچهار گلبرگ تشکیل یافته وبرنگ بنفش کمرنگ یا بندرت سفیدرنگ (تقریباً تمام گونه‌های دیگر این تیره گلهایی به‌رنگ آبی شفاف یابندرت سفید رنگ دارند) زمان گل‌دادن بین اردیبهشت تامرداد است.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدارخشك شده ونیزعصاره گیاه‌تازه.

زیستگاه و گردآوری: دربیشه‌زارها، دشتها ومراتع فقیرسراسر اروپا می‌روید. در بریتانیا فراوان‌است. گیاه راهنگامی که گلدار است جمع‌آوری می‌کنند ودرسایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ایران: این گیاه در گرگان، مازندران، رامسر، نزدیك نوشهروگیلان می‌روید.

ترکیبات و اثر: مواد مؤثر آن هنوز کاملاً شناخته نشده‌اند. تانن، یك گلیکوزید به نام اکوبین (aucubin)، مقدار کمی‌اسانس فراریك ساپونین درآن‌یافت‌شده‌است. تأثیر آن غالباً بیش‌ازحد برآورد شده‌است. سیزاب طبی یك مدرملایم، ضد التهاب وتصفیه کننده خون است.

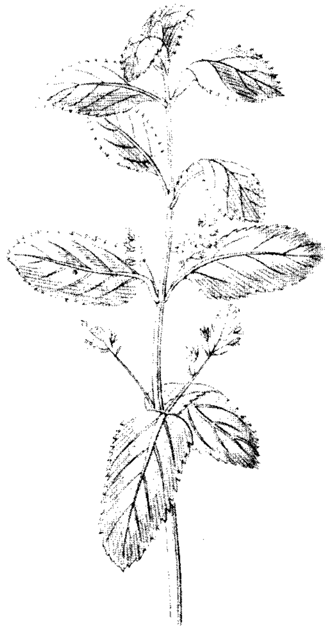
مصرف: بیشتر به شکل تیزان مصرف می‌شود (۰/۵ لیترآب سرد.را برروی ۲ قاشق غذاخوری‌ازآن بریزید، مدت۵دقیقه بجوشانید و بگذارید بماند). از راه خوراکی برای برونشیت،خیزعمومی (کم ارزش) ودردهای مجرای‌صفراوی (کم‌ارزش)مصرف می‌شود.از راه‌خارجی به‌شکل لوسیون یا کمپرس برای‌از بین‌بردن بثورات جلدی ودرمان زخمهای‌دیر-التیام به‌کارمی‌رود.

Brooklime

سیزاب

(*Veronica beccabunga* L., Scrophulariaceae) Water Pimpernel, Horse Cress.

ترتیزک آبی



شرح: گیاهی است پایا، ساقه آن خزنده است و در قاعده ریشه می‌دهد، سپس تا ارتفاع ۵۰ سانتی‌متری مستقیم است. برگها متقابل و دمبرگهای کوتاهی دارند، پهنك برگ تخم‌مرغی و پهن، بدون کرك و براق است و حاشیه آن دندانه‌های ریزی دارد. گلهای آن آبی رنگ و در خوشه‌های کوچکی آرایش یافته است و درمحل اتصال برگ به ساقه متصل است. جام گل ۴ـ۸ میلی‌متر طول دارد و از ۴ بخش بدرنگ آبی آسمانی تشکیل یافته است. زمان گل‌دادن از اردیبهشت تا مرداد ماه است. سیزاب ممکن است با بولاغ اوتی (آب تره) که در همان آب‌وهوا می‌روید به‌اشتباه گرفته شود، اما گیاه اخیر برگهای شانه‌ای و گلهای سفید رنگ دارد.

قسمت مورد استفاده: گیاه تازه یا خشك شده. عصارهٔ گیاه تازه.

زیستگاه و گردآوری: در نهرها، مکانهای مرطوب درمرغزارها و مردابهای سرتاسر اروپا می‌روید، دراروپا فراوان است. هنگامی که گل‌دار است گردآوری شده و در سایه یا آفتاب خشکانده می‌شود.

ایران: سیزاب در آذربایجان، سهند، جنوب ایران، اراك و تهران می‌روید.

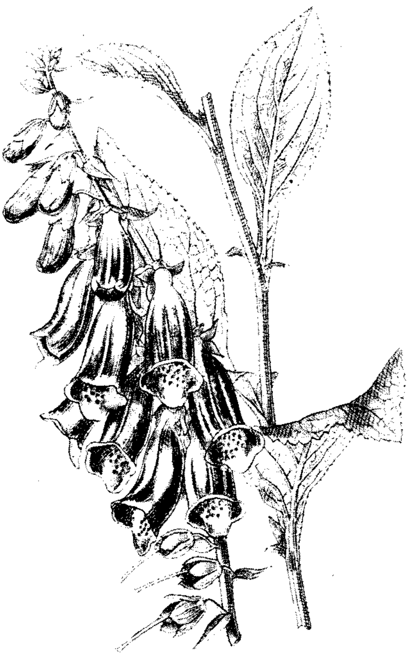
ترکیبات واثر: مواد مؤثر سیزاب تقریباً کاملاً ناشناخته است. احتمالاً حاوی یك ساپونین، تانن و گلیکوزیدی به نام اوکوبین (aucubin) است. مطمئناً موارد مصرف آن بیش ازحد تخمین‌زده می‌شود. بنظرمی‌رسد که تاحدودی ادرار آوراست. گیاه تازه وعصاره آن احتمالاً کمی خاصیت مسهلی دارد.

مصرف: تیزان (۲ قاشق غذاخوری گیاه را چند لحظه در یك لیتر آب بجوشانید و بگذارید بماند) وگیاه تازه همراه با سالاد یا عصاره آنرا (یك قاشق غذاخوری سه بار در روز) برای درمان احتباس ادراری می‌خورند (این اثر مورد تردید است).

Foxglove

گل انگشتانه

(*Digitalis purpurea* L., Scrophulariaceae)



شرح: گیاهی است دوساله که درسال اول برگهایش یك طوقی که پرچین و چروك است و ۱۰–۳۰ سانتی متر طول دارد تشکیل می‌دهد. برگها بیضی شکل و کرکدار است. درسال‌دوم‌یك پاجوش برگداروگلدار بارتفاع ۱–۲ متر ایجاد می‌کند که بندرت منشعب است. جام‌گلها شبیه انگشتانه‌است که سطح خارج آن ارغوانی زیبا و سطح داخل آن روشن‌تر بالکه‌های ارغوانی است. زمان گل دادن خرداد تا شهریور است.

قسمت مورد استفاده: برگهای‌خشك‌شده سال اول وگیاه سال دوم.

زیستگاه‌کشت وگردآوری: بومی‌اروپای غربی است. در خاکهای اسیدی انگلستان می‌روید. در بیشه‌زارها در خلنگزارها و صخره‌های کوهستانی فراوان است. گیاه وحشی جمع‌آوری‌می‌شود. اما به‌طورتجارتی باکاشتن دانه‌ها درفواصل ۲۵ × ۶۰ سانتی‌متر نیز کشت می‌شود. جمع آوری گیاه یك ساله درپاییز وگیاه دوساله (بسا بازده‌کم) هنگامی که گلداراست، انجام می‌گیرد. برگها را بسرعت درسایه درحرارت ۵۰–۶۰ درجهٔ سانتی‌گراد می‌خشکانند. بازده ۸–۱۴ کیلو گرم در هر صد مترمربع است.

ایران: این گیاه درمنطقه وسیعی‌ازنواحی شمالی، غربی ومرکزی ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: تمام قسمتهای گیاه‌دارای گلیکوزیدهای فعالی است که بامقادیردارویی فعالیت قلب راتنظیم‌می‌کند. کارقلبی‌راتحریک می‌کند ودرخیزعمومی به عنوان‌یك مدرعمل می‌کند. با مقادیر زیاد گل انگشتانه یکی از سمی‌ترین گیاهان‌است. ازراه‌خارجی به‌التیام زخمها کمك می‌کند.

اثر گونه‌های دیگر گل انگشتانه: همان اثرگل انگشتانه دارند ولی در پزشکی مصرف نمی‌شوند.

مصرف: گل انگشتانه باید فقط با نسخهٔ پزشك برای بیماریهای قلبی وخیزعمومی به کار رود. جوشاندهٔ آن در کمپرسها برای درمان زخم‌ها به‌کار می‌رود.

Eyebright

(*Euphrasia rostkoviana* Hayne, Scrophulariaceae), Euphrasia



شرح: گیاهی‌است یکساله زیباوکوچك ونیمه انگل که ساقه مستقیم آن ۵ـ۴۰سانتی مترارتفاع دارد و منشعب وکرکدار است. برگها متقابل به طول ۵/۰ تا ۱ سانتی متر، تخم مرغی شکل نوك تیز، کرکدار که ۳ـ۶ دندانه کوچك و تیز دو هرطرف دارد. گلها تقریباً یك سانتی‌مترطول دارند، به‌طورمنفرد درمحوربرگهای فوقانی قرارگرفته و سفید رنگ هستند. لب بالایی کوتاه ولب پایینی از سه بخش تشکیل یافته ولکهٔ زردی درقاعدهٔ هریك دیده می‌شود. زمان گل‌دادن بین‌خرداد و مهر است.

قسمت مورداستفاده: گیاه خشك‌شده.

زیستگاه وگرد آوری: در مکانهای مرطوب ومعمولاً درخاکهای فقیردرمردابها، بیشه زارها و مراتع می‌روید. بومی ویلز، شمال انگلستان واستانهای مجاور آن است. گیاه گلدار را جمع‌آوری کرده و درسایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ایران: این گیاه در آذربایجان می‌روید.

ترکیبات واثر: مواد مؤثر آن هنوز هم بخوبی شناخته نشده است. تانن، سمی‌اسانس فرار و یك رزین در آن یافت شده است. احتمالاً دارای یك ساپونین است. این گیاه یك ضدالتهاب ملایم برای مخاطهاست.

مصرف: دم‌کردهٔ آن (یك فنجان آب سرد را روی یك قاشق چایخوری از گیاه ریخته و به جوش برسانید و بگذارید بماند) تقریباً منحصراً درکمپرسها وبه شکل لوسیون برای التهاب چشمها به‌کار می‌رود. بندرت‌به شکل مالیدنی برای التیام زخم‌ها به‌کار می‌رود. به شکل بینی‌شویه درسرما خوردگیها به‌کارمی‌رود و از راه خوراکی برای رفع بعضی التهابها مصرف می‌شود. اثر آن ملایم است وبرای التهابهای شدید چشم کافی نیست زیرادراین‌موردباید همیشه با یك پزشك مشورت کرد.

Mullein

گل ماهور،

(*Verbascum thapsus* L. = Aaron's Rod, *V. phlomoides* L., and *V. thapsiforme* Schrad., Scrophulariaceae), Blanket Herb, Cow's Lungwort, Lady's Foxglove.

علف‌ماهور



شرح: گیاهی است دوساله که برگهای بسیار کرکدار آن درسال اول یك طوقی قاعده‌ای تشکیل می‌دهد. و درسال دوم یك محور گلدار تا سه متر ارتفاع با گلهای بزرك درگل آذینی به طول بیش ازیك متر تشکیل می‌دهد. جام گل چرخـان است واز ۵ گلبرك زرد به‌قطر ۱/۵ تا ۵ سانتی‌متر تشکیل یافته است. در V. Thapsus قاعدهٔ برگهادارای بال است. در V. Thapsiforme گلهـا بزرگترند به طول ۳ـ۵ سانتی‌متر همراه بـا جام کاملا مسطح و میله‌هـای کـوتاهتر. V. Phlomoides با داشتن برگهای بدون بال بـا آن تفاوت دارد. زمان گل دادن بین خرداد وشهریوراست.

زیستگاه وکشت: درمناطق‌سنگی ودرخاك‌های خشك در سرتاسر اروپـا مـی‌روید. V. Thapsus در سواحل آفتابی انگلستان، ویلز، ایـرلند و جنوب اسکاتـلند مـی‌روید. V. Thapsforme و V. Phlomoides گاه و بی گاه به‌طور اتفاقی می‌روید وبندرت درانگلستان دیـده می‌شود. این گونه‌هـا را می‌توان توسط دانه تکثیرکرد. گلها از گیاه دوساله بین تیرماه تـا شهریوز همچنا نکـه شکفته می‌شوندجمع‌آوری‌می‌گردد. خشکاندن یا درهوای آزاد، یا درسایه درفصول خشك ویا در حرارت ۳۵ـ۴۰ درجهٔ سانتی‌گـراد انجام می‌شود. بازدهٔ ۵ـ۱۵ کیلوگـرم گل خشك شده درهرصد مترمربع است.

ایران: درنواحـی مختلف البرز، شمال تهران، همدان آذربایجان ونـواحی جنوب غربی ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: حـاوی ساپـونین‌هـا، موسیلاژ و مقدار جزیی اسانس فرار است. ساپونینها واسانس‌فرار خلط‌آورند. موسیلاژ آن آرام‌کنندهٔ التهابات دهـان وگلو است. گلهایی کـه قهوه‌ای شده‌اند تأثیر کمتـری دارند.

مصرف: به‌شکل‌تیزان (یك‌لیترآب‌جوش را روی ۱ـ۲ قاشق غذاخوری‌گل بریزید و بگذاریدبماند) برای برونشیت، وبندرت‌به‌عنوان مدر(اثرآن مورد تردیداست) مصرف‌می‌شود. معمولاً از این گیاه به صورت مخلوط همراه با گیاهان دیگر استفاده می‌شود.

Plantain

بارهنگ ،

(*Plantago major* L., Plantaginaceae), Great Plantain, Ripple Grass, Waybread.

بارهنگ کبیر



شرح: گیاهی است پایا با یك طوقی از برگهای بزرگ و یك ساقه گلدار بارتفاع ۵–۴۰ سانتی‌متر. برگها، دمبرگهای درازی دارند (تفاوت با بارهنگ هرزه hoary Plantain (P. media) که ظاهری مشابه با آن دارد اما برگهایش دمبرگهای کوتاهی دارند)، طول برگها ۵–۳۰ سانتی‌مترتخم مرغی شکل وپهن‌است. برگها کامل یا دارای حاشیه کمی مواج است وکمی کرکدار یا بدون کرك است و هفت رگبرگ طولی برجسته دارد. گلها دریك گل آذین استوانه‌ای درازقرارگرفته‌اندوکوچك سفید مایل به زرد و نامشخص هستند. دانه‌ها قهوه‌ای پررنگ، کوچك و تخم مرغی‌اند.

قسمت مورد استفاده: برگهای خشك شده وبندرت تازه. گاهی از برگهای بارهنگ هرزه دارای گلهای صورتی نیز استفاده می‌شود.

زیستگاه وگردآوری: درکنار جاده‌ها، زمینهای کشت نشده و مراتع فقیر اروپا می‌روید. معمولاً درسراسرانگلستان پراکنده است. برگها دربهار و تا پیش‌از زمان گل‌دادن جمع آوری می‌شوند. برگها را باید بسرعت در آفتاب در ۴۰ – ۵۰ درجهٔ سانتی‌گراد خشکانند وگرنه قهوه‌ای می‌شوند.

ایران: در اطراف تهران، گیلان، آذربایجان، کردستان، خراسان، اصفهان، بلوچستان، وبطورکلی اغلب نواحی ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: ترکیبات مؤثر آن هنوز کمتر شناخته شده‌اند: حاوی موسیلاژ و گلیکوزیدی به نام (اوکوبین aucubin) است به عنوان ضدالتهاب برای سینه دردهامصرف می‌شود (براین خاصیت آن احتمالاً بیش‌از حدتأکید شده‌است). برگهای تازه‌آن به‌التیام زخمها کمك می‌کند.

مصرف: به شکل تیزان (یك لیتر آب سرد را روی ۲ قاشق غذاخوری از برگهای خرد شده آن بریزید، به جوش بیاورید و بگذارید بماند) برای درمان برونشیت به کار می‌رود. برگهای تازه و خرد شده آن را می‌توان برروی زخمهائی که‌دیرالتیام‌می‌یابند مالید.

Ribwort
بارهنگ سرنیزه‌ای

(*Plantago lanceolata* L., Plantaginaceae), Long Plantain, Snake Plantain.



شرح: گیاهی است پایا که ارتفاع آن به ۵۰ سانتی‌متر می‌رسد و برگهایی دارد که یك طوقی قاعده‌ای تشکیل می‌دهد. طول برگها تا ۴۰ سانتی‌متر و نیزه‌ای باریك و کم و بیش کرکدار است. حاشیه برگها کامل یا موجدار است و ۳–۷ رگبرگ طولی و برجسته در سطح تحتانی دارد. گلها به‌رنگ قهوه‌ای و نامشخص به‌شکل گل‌آذین کوچك استوانه‌ای یا کروی در رأس یك ساقه دراز، باریك، مستقیم که تا ارتفاع ۵۰ سانتی‌متری می‌رسد و شیارهای طولی‌دارد، قرار گرفته‌اند. دانه‌ها به‌طول یك میلی‌متر، تخم مرغی و به‌رنگ سیاه مایل به‌قهوه‌ای است. زمان گل‌دادن بین اردیبهشت تا شهریور است.

قسمت مورداستفاده: اصولاً برگهای خشك شده و بندرت دانه‌های رسیده.

زیستگاه وگردآوری: دراروپای‌مرکزی درخاکریزها، کنار جاده‌ها توده زباله‌ها و علفزارها می‌روید. معمولاً درانگلستان روی خاکهای خنثی و قلیایی می‌روید، برگها را دربهار هنگامی که گلها شکفته می‌شوند جمع‌آوری کرده‌و تا آنجایی که ممکن‌است به‌سرعت درسایه یا آفتاب در حرارت ۳۰–۵۰ درجهٔ سانتی گرادمی‌خشکانند. خشك کردن آهسته گیاه به‌آن رنگ‌قهوه‌ای می‌دهد. دانه‌ها راهنگامی که رسیده‌اند (مردادتا مهر) دریك روزخشك و آفتابی جمع‌آوری می‌کنند.

ایران: دراطراف تهران، کرج، گیلان، رشت، لنگرود، تبریز، اردبیل، خرم‌آباد، لرستان، مسجدسلیمان می‌روید.

ترکیبات واثر: مواد مؤثر برگها تا حدودی شناخته‌شده‌اند: موسیلاژو گلیکوزیدی به‌نام اوکوبین دارد، خاصیت ضدالتهابی ملایمی دارد. بشره دانه حاوی موسیلاژ است. دانه‌ها اثر تنظیم کننده برروی روده‌ها دارند.

مصرف: تیزان درست شده ازبرگ (یك لیتر آب سرد را روی ۲ قاشق غذاخوری از برگ بریزید و به‌مدت ۳ دقیقه بجوشانید و بگذارید بماند) اصولاً برای برونشیت‌مزمن مصرف می‌شود. از دانه‌ها (۱–۳ قاشق چای‌خوری از دانه‌ها را بگذارید به‌مدت ۲ ساعت درنصف لیوان آب بخیسد تا متورم شود و سپس یکجا بخورید) به‌عنوان یك مسهل ملایم استفاده می‌شود.

Alpine Plantain

بارهنگ کوهی

(*Plantago alpina* L. and *P. serpentina* All., Plantaginaceae)



شرح: گیاهی است پایا به ارتفاع ۵–۲۵ سانتی‌متر با ریشه دوکی‌شکل و برگهایی که در یک طرقی قاعده‌ای قرار گرفته‌اند. برگهـا باریک، کشیده یا نیزه‌ای هستند. طول برگها ۳–۲۰ سانتی‌متر وعرض آنها ۲–۵ میلی‌متـر است. برگها کرکدارنـد و حاشیه‌شان کامل است یا دندانه‌های نامشخصی دارد و ۳رگبرگ طولی دارند. گلها کوچك نامشخص وقهوه‌ای رنگ اندودریك گل آذین استوانه‌ای به‌طول ۱–۴ سانتی‌متر در رأس یك ساقه‌درازقرارگرفته‌اند. لبهٔ جام گل برآمده و سفید رنگ است. دانه‌ها کوچك، سیاه مایل به‌قهوه‌ای رنگند و هنگامی که مرطوب می‌شوند چسبناك می‌گردند. زمان گل‌دادن تیر تا مرداد است.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك شده و بندرت برگهای خشك شده ودانه‌های رسیده.

زیستگاه و گردآوری: بارهنگ کوهی درارتفاع ۱۲۰۰–۲۵۰۰متری در مراتـع و کنارجاده‌ها می‌روید. گیاهی است که بـرای علوفه بسیارعالی است. هنگامـی که گلدار است جمع‌آوری شده و بسرعت در سایه یـا آفتاب خشکانده می‌شود. دانه‌ها را هنگامـی که رسیده است (شهریـور تا مهـر) در یك روزخشك گـردآوری می‌کنند. این گیاه در بریتانیا نمی‌روید.

ترکیبات و اثر: مواد مؤثراین گیاه‌شبیه بارهنگ سرنیزه‌ای است. به‌عنوان نرم‌کننده برای درمان سرفه به کار می‌رود. دانه‌هـا با موسیلاژ فراوان اثـر تنظیم‌کننده‌ای بر روی روده‌ها دارند.

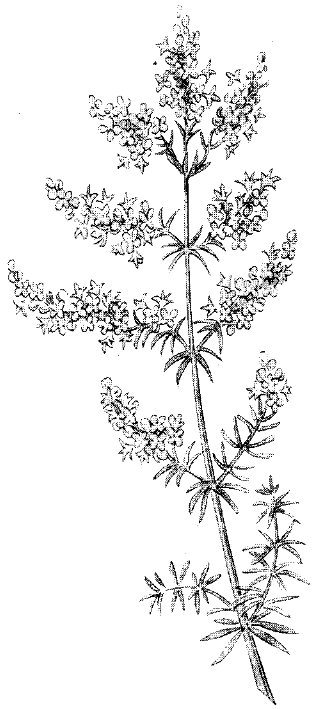
مصرف: تیزان این گیاه (نیم‌لیتر آب سرد را روی یك قاشق غذاخوری ازگیاه بریزید و به‌مدت ۳دقیقه بجوشانید وبگذاریدبماند) برای درمان برونشیت مصـرف می‌شود. از دانه‌ها (۱–۳ قـاشق چایخوری را به‌مدت ۲–۳ ساعت‌در نصف لیوان آب‌سرد بخیسانید) مانند تخم‌ برزك به‌عنوان یك مسهل ملایـم استفاده می‌شود. ازاین گیاه به‌عنوان ضداسهال می‌توان استفاده کرد.

Lady's Bedstraw

شیرپنیر

(*Galium verum* L., Rubiaceae), Yellow Bedstraw, Maid's Hair, Cheese Rennet.

علف پنیر



شرح: گیاهی‌است پایا بارتفاع ۲۰-۸۰ سانتی‌متر باساقه‌های مستقیم، تاحدودی منشعب و تقریباً چهار گوش. برگها در دسته‌های ۸-۱۲ تایی به شکل فراهم روی ساقه قرار گرفته‌اند. برگها باریك وبسیار نازك به‌طول ۱۵-۲۵ سانتی متر وبه‌پهنای ۱-۲ میلی‌متر و معمولاً برگشته‌اند. سطح فوقانی دارای کرکهای نرم وسطح تحتانی کرکدار است. گلها به‌پهنای ۲-۳ میلی متر وبه رنگ زرد طلایی در گل‌آذین زیبایی درمحورشاخه‌ها قرارگرفته‌اند (سایر گونه‌های این خانواده برگهای بزرگتری دارند و گلهایشان عموماً سفید رنگ است) زمان گل‌دادن بین‌اردیبهشت تاشهریوراست.

قسمت مورداستفاده: گیاه گلدار خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: در علفزارها و معمولاً درمناطق‌خشك درسراسراروپامی‌روید. دربریتانیا فراوان است. این‌گیاه هنگامی که گل دارد جمع‌آوری شده ودرسایه یا آفتاب خشکانده میشود.

ایران: درنواحی شمالی ایران: رودبار، نواحی مختلف البرز، عمارلو، تبریز، تفرش می‌روید.

ترکیبات و اثر: شیرپنیرمقدارزیادی‌اسید سیلیسیك دارد. وجود ساپونین در آن باثبات نرسیده است. سایرگونه‌های شیر پنیر بویژه علف شیر (G. aparine L.) اثر مشابهی دارند. دارابودن خاصیت انعقاد شیرهنگام جوشاندن‌آن به‌علت مقدارزیاد اسیدهای آن است و فقط هنگامی‌که ازجوشانده‌های غلیظ آن استفاده می‌شود پیش می‌آید.

مصرف: معمولاً بشکل دم کرده (یك لیتر آب سردرا روی ۱-۲ قاشق غذاخوری خرد شده‌گیاه بریزید، به‌مدت۳-۵دقیقه بجوشانید وبگذارید بماند) به‌عنوان یك مدربرای خیز عمومی وناراحتی های کلیه ومثانه مصرف می‌شود. ازراه خارجی ازدم‌کرده آن برای مالیدن برروی زخمها و بثورات پوستی استفاده می‌شود (این اثرمورد تردیداست).

Elder

آقطی

(*Sambucus nigra* L., Caprifoliaceae), Black Elder

پلم

قسمت مورد استفاده: برگ و گل خشک شده، میوه خشک شده یا تازه.

زیستگاه و گرد آوری: در بیشه زارها، پرچینها، کنار جاده‌ها، زمینهای بایر ودر خاکهای قلیایی و غنی می‌روید. در سراسر اروپا پراکنده است و درانگلستان فراوان است. گاهی کشت می‌شود. گلها هنگامی که کاملاً بازاست جمع آوری شده وتا جایی که ممکن است بسرعت درسایه درحرارتی کمتر از ۴۰ درجه سانتی گرادخشك می‌شود.

ایران: در نواحی شمالی ایران وهمدان می‌روید.

ترکیبات و اثر: گلها حاوی اسانسهای فرار، موسیلاژ وگلیکوزیدهای فلاونوییدی است و خاصیت معرق دارد. برگها، پوست و میوه نارس حاوی اسید پروسیك به شکل گلیکوزید وسمی‌است. برگها وپوست آن‌مدر است. میوه نارس‌ملین ملایم است.

مصرف: گلها معمولاً به‌شکل تیزان (۱ـ۲ قاشق غذاخوری از گلها را دریك لیتر آب جوشان ریخته وبگذارید بماند) برای‌حالات تب، عموماً سرماخوردگیها ، انفلوانزا و روماتیسم مصرف می‌شود. پوست و برگها به شکل تیزان (بسرعت ۲ قاشق غذا خوری از گیاه را دریك لیتر آب بجوشانید وبگذارید بماند) برای احتباس ادرار ، خیزعمومی ، روماتیسم (این اثرمورد تردید است) مصرف می‌شود. میوه تازه یا به‌شکل مربا به اندازهٔ قاشق غذاخوری به‌عنوان ملین ونیز برای‌سرفه وسرماخوردگی مصرف میشود.



شرح: بته یا بندرت درختچه‌ای است که تا ۶ متر ارتفاع پیدا می‌کند. پوسته تنه آن قهوه‌ای یا خاکستری کمرنگ‌است وشیارهای طولی دارد. شاخه‌ها مغز سفید رنگ فراوانی دارد. برگها بزرگ، تك شانه‌ای و شامل ۵ـ۷ برگچه تخم‌مرغی، تاحدودی کرکدار با رأس تیز وحاشیه دندانه‌دار است. گلها بوی شیرین دارند ودریك چترکاذب‌قرار گرفته‌اند. جام گل به پهنای ۵ـ۹ میلی متر، دارای ۵ قسمت وسفیدرنگ است. میوه‌ها کروی شکل وبه قطر ۵ـ۶ میلی‌متر به‌رنگ سیاه وشیرهٔ سرخ رنگی دارد. زمان گل‌دادن خرداد تا شهریوراست.

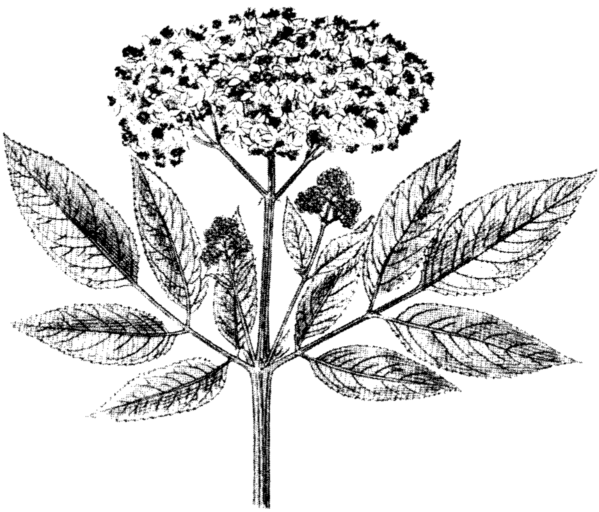
Dwarf Elder

(*Sambucus ebulus* L., Caprifoliaceae), Danewort

آقطی

شون،شوند، غلیون، پلخون

شرح: گیاهی‌است پایا با ریزوم ستبر و خزنده. ساقه آن ۵۰ سانتی‌متر تا ۱/۵ متر ارتفاع دارد ودرپاییز برزمین می‌افتد. برگها تك شانه‌ای با ۵ ـ ۹ برگچه به‌طول تا ۶ سانتی متر، کمی کرکدار باحاشیه دندانه‌ای.



گلها با بوی شیرین، شبیه بادام تلخ که دریك چتر مسطح (کاذب) قرار گرفته‌اند. جام گل ۶ـ۸ میلی متر طول دارد وازه بخش سفیدیا صورتی تشکیل یافته است. پرچمها ارغوانی رنگند.

قسمت مورد استفاده: ریزوم و ریشه خشك‌شده وبندرت میوه سته تازه.

زیستگاه و گردآوری: در جنوب و مرکزاروپا درمناطق مرطوب وغیرکشاورزی در گودالها و پرچینها می‌روید. در سراسر بریتانیا پراکنده است اما در شمال اسکاتلند نادراست.

ایران: درشمال ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: ریشه آقطی حاوی مقدار جزیی اسانس فرار وترکیبات معرق مدر و قی‌آور است. بامقادیر زیاد ریشه ومیوهٔ آن سرگیجه وتهوع ایجاد می‌کند. این گیاه سمی است.

مصرف: دم‌کردهٔ (یك قاشق چایخوری‌از ریشه کاملاً خرد شده گیاه را بمدت ۵ دقیقه در نیم لیترآب بجوشانید وبگذارید بماند) آقطی به‌عنوان پیشاب‌آور برای درمان خیزعمومی وروماتیسم مصرف می‌شود. استفاده ازاین گیاه باید بااحتیاط همراه باشد.

سنبل الطیب،

Valerian

علف گربه

(*Valeriana officinalis* L., Valerianaceae). Setwall



شرح: گیاهی است پایا با ریزومهای کوتاهی که ساقه‌های خزنده زیرزمینی ایجاد می‌کند. ریزوم گیاه وحشی ۲ سانتی‌متر ضخامت دارد وچندین ریشه به‌ضخامت ۲ـ۳ میلی‌متر و به‌طول ۱۰ـ۲۰ سانتی‌متر از آن خارج می‌شود. ریزوم گیاه اهلی‌شده ریشه افشان دارد. برگها تك شانه‌ای با ۷ـ۲۱ قسمت نیزه‌ای شکل باحاشیهٔ دندانه‌ای است. ساقه گل‌دارکه درسال دوم یاسوم ظاهرمی‌شودگرد وشیاردار است وتاارتفاع ۱/۵ متری می‌رسد. گلهاکه آرایش چتری دارند، کوچك صورتی رنگ (گاهی سفید رنگ) ولوله‌ای شکل هستند. یك شکل آن که V.Sambucifolia MiK. نام دارد و ساقه‌های خزنده هوایی دارد نیز مصرف می‌شود. زمان گل‌دادن بین‌خرداد تامرداد است.

قسمت مورد استفاده: ریشه‌وریزوم خشك شده یا تازه.

زیستگاه وکشت: در کنار رودخانه‌ها و نهرها در مکانهای باتلاقی، در بیشه زارها و مراتع اروپا غیرازمنتهی‌الیه جنوبی وشمالی آن می‌روید. درسراسر بریتانیا دیده می‌شود. این گیاه را می‌توان باکاشت مجددگیاه جوان ازساقه‌های خزنده درفواصل ۳۰ سانتی‌متری درخاك سبك در پاییز یا زمستان تکثیرکرد. زمان گردآوری بین شهریور تا آبان است ریزوم و ریشه‌های آن را خوب می‌شویند سپس بایك شانه ضخیم شانه می‌کنند ودرسایه می‌خشکانند. بازدهٔ آن ۲۵ـ۴۰ کیلوگرم گیاه خشك درهر ۱۰۰ مترمربع است.

ایران: درنواحی شمالی ایران ونواحی مختلف رشته جبال البرزمی‌روید.

ترکیبات واثر: مواد مؤثر آن بتازگی کشف شده‌اند و عبارتند از: والپوتریات‌ها (Valpotriates) یك اسانس فرار و یك ترکیب ضد اسپاسم. سنبل الطیب فعالیت دستگاه اعصاب مرکزی راکاهش می‌دهد.

مصرف: تنطور، ریشه تازه و دم کرده آن (یك قاشق مرباخوری ازخرد شده گیاه را در آب سرد بآهستگی تا نقطه جوش برسانید و بگذاریدبماند) برای حالات عصبی، بیخوابی ملایم واختلالات عصبی قلب مصرف میشود.

White Bryony

فاشرا

(*Bryonia dioica* Jacq., Cucurbitaceae), Red Bryony, English Mandrake, Lady's Seal, Wild Vine.

ماردارو

شرح: گیاهی است پایا و دوپایه با ریشه غده‌ای بزرگ‌ویك ساقه طویل ومنشعب که توسط پیچکهای مارپیچ تاارتفاع ۴متری بالا می‌رود. برگهادمبرگهای کوتاهی‌دارند، قلبی شکلند و۵لوب دارند. گلها دوپایه‌اند، گلهای نرسفید مایل به‌سبزاست وباساقه طویل به‌شکل گل آذین دیهیم قراردارد در حالی که



گلهای ماده سفید مایل به زرد است و ساقه ستبری دارد. میوهٔ آن یك سته‌است و هنگامی که می‌رسد منفرداست.

قسمت مورد استفاده: ریشه‌تازه،وبندرت خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: بومی کشورهای مدیترانه است و دربیشتر نواحی اروپای مرکزی درپرچینها وجنگلهای باز می‌روید. درانگلستان وویلز بویژه درخاکهایی که‌خوب زه‌کشی شده‌اند می‌روید. ریشهٔ آن که ممکن است تا ۲/۵ کیلوگرم وزن داشته باشد پیش از گل دادن گیاه جمع آوری می‌شود.

ایران: در بعضی نواحی شمال غربی ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: یك رزین داردکه ازآن گلیکوزید بریونین (Bryonin) استخراج می‌شود. گلیکوزیدهای دیگر، یك آلکالوییدی، تانن ویك اسانس قراردارد. این رزین یك مسهل‌شدیداست که ممکن‌است‌اسپاسم وقولنج ایجادکند. تمام قسمتهای گیاه سمی‌است.

مصرف: به خاطر اثر شدیدش در طب آلوپاتی بندرت مصرف می‌شود. ازفرآورده‌های هومئوپاتیك ریشه تازه آن برای ناراحتیهای‌روماتیسمی‌والتهاب‌مخاط‌ها استفاده می‌شود. گاهی به عنوان مسهل ازآن استفاده می‌شود.

Golden Rod

(*Solidago virgaurea* L., Compositae), Solidago



شرح: گیاه پایا و زیبائی است که بـه ارتفاع ۲۰ـ۱۰۰ سانتی‌متر می‌رسد. ریزوم آن گره‌داراست وساقـه گرد ومنشعبی داردکه فقط‌درقسمت گلدار گیاه منشعب می‌شود. برگها متناوب بایا بـدون دمبرگ ، تخم مرغی یـا بیضوی‌است وحاشیهٔ آنها دارای دندانه‌های درشت یا صـاف وکـرك‌دار است . کاپیتول ۹ـ۱۵ میلی‌مترپهنا دارد و دریك خوشه افشان انتهایی قرار گرفته است. در اطراف هرنهنج دارای ۵ـ۱۰ گل‌زبانه‌ای به‌رنگ‌زرد روشن ودرمرکزآن ۱۰ـ۲۰ گل لوله‌ای وجود دارد. زمان گل‌دادن تیر تامهراست.

قسمت مورداستفاده: گیاه‌گلدار خشك.

زیستگاه وگردآوری: در بیشه زارهـا، دشتها،علفزارهــا،کنار پرچینها، خاکریزها و صخره‌های سراسراروپا می‌روید. درانگلستان فراوان‌است (اما درجنوب شرقی این کشور نادراست) وبرروی خاکهای اسیدی یاآهکی می‌روید. هنگامی‌که گلدار است گردآوری شده ودرسایه در حرارتی‌کمتر از ۴۰ درجـهٔ سانتی‌گراد خشك می‌شود.

ایران: این‌گیاه در گیلان،نواحی مختلف البرزوارتفاعات‌کندوان می‌روید.

ترکیبات واثر: روغنهای فرار، تانن و ساپونین دارد. کمی مدراست خاصیت ضد ـ اسهالی وضدالتهابی دارد وبه‌التیام زخم‌کمك می‌کند.

مصرف: ازراه خوراکی به‌شکل تیزان مصرف می‌شود (یك لیتر آب سردرا برروی ۱ـ۲ قاشق غذاخوری گیاه‌ریخته وبه‌مدت دو دقیقه بجوشانید و بگذارید بمـانند) وبـرای درمان احتباس ادراروالتهاب مجاری‌ادراری (کلیه‌ها ومثانه) به‌کار می‌رود. همچنین برای روماتیسم به‌عنوان ضداسهال (بندرت) به‌کار می‌رود. ازراه غیر خوراکی تیزان بـه شکل لوسیون یاکمپرس برای‌التیام زخم‌ها مصرف می‌شود.

Life Everlasting

(*Antennaria dioica* (L.) Gaertn. = *Gnaphalium dioicum* L., Compositae), Cat's-foot.



شرح: گیاهی است پایا به‌ارتفاع ۵-۲۰ سانتی متر، بـرگهای آن به‌شکل طوقی درهم فشرده است ویك ساقهٔ انفرادی گلدار ازمیان آن می‌روید. برگها پارویی شکل وپوشیده از کرکهای خاکستری رنگ است. محور گلدار گیاه برگدار است وکاپیتول آن کوچك است. برگه‌های گریبان آن قرمز یاسفید رنگ است. گلچه‌های آن که همگی لوله‌ای است صورتی یاسفید رنگ است. دوگونه G.Sylvaticum و G. Norvegicum که شبیه ایـن گیاه هستند و ۱۰–۵۰ سانتی متر درازا دارند نیز مصرف می‌شوند. برگه‌های گریبان این دوگونه قهوه‌ای رنگ است وطوقی آنها درهم فشرده نیست. زمان گل‌دادن بین اردیبهشت تا مرداد است.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدارخشك شده .

زیستگاه و گردآوری: این گیاه تاارتفاع ۲۷۰۰ متری درمناطق خشك ومراتع فقیر در شمال‌ومرکزاروپا وبیشتردرنواحی کوهستانی می‌روید.درسراسربریتانیا (درشمال‌این‌کشور کم‌است) درخلنگزارها، مراتع خشك ودامنه خشك کوهها، معمولاً درخاکهای آهکی یـا قلیایی، می‌روید. گیاه راهنگامی که گلدار است گردآوری کرده ودرسایه می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: این‌گیاه دارای تانن و اسانس‌های فراراست. ازهرسه‌گونه این‌گیاه به‌عنوان ضد اسهال ومدر ملایم استفاده می‌شود .

مصرف: به‌شکل تیزان (یك قاشق غذاخوری ازگیاه را با نیم لیتر آب بجوشانید و بگذارید بماند) معمولا در اسهال‌ها به‌کار می‌رود (اثر ملایم دارد).Edelweiss که از همین‌گونه است اثری مشابه دارد و می‌تواند جانشین آن شود اما درپزشکی مصرفی ندارد ودرسوییس یك گیاه حفاظت شده‌است.

زنجبیل شامی، Elecampane

راسن

(*Inula helenium* L., Compositae), Scabwort



شرح: گیاهی است زیبا و پایا به ارتفاع تا دومتر و ریزوم غده‌ای بزرگ. ساقه آن ستبر است که در بخش بالایی منشعب می‌شود و کرکدار است. برگهای قاعده این گیاه که درازای آن به بیش از ۵۰ سانتی‌متر می‌رسد بیضوی است و رأس تیزی دارد. در سطح فوقانی تارهای کمی دارد و درسطح زیرین تارهای ریز فراوانی دیده می‌شود. حاشیه برگها دندانه‌های ریزی دارد. برگهای فوقانی ساقه نیز همین شکل را دارند منتها کوچکترند. کاپیتول بزرگ آن تا ۷ سانتی متر هم می‌رسد، گلهای زبانه‌ای در یك ردیف‌اند و زبانهٔ باریك و زردی دارند، گلهای لوله‌ای فراوانند. زمان گل‌دادن خرداد تاشهریور است.

قسمت مورد استفاده: ریشه و ریزوم خشك شده.

زیستگاه وکشت: بومی ایتالیا وکشورهای بالکان است اما دراروپا هم می‌روید. به بریتانیا آورده شده است ودرسرتاسر مزارع، کنارجاده‌ها وزمینهای بایر پراکنده است اما فراوان نیست. ریشه‌های آن‌را درپاییزسال‌دوم جمع‌آوری کرده، آن‌را به‌قطعاتی تقسیم می‌کنند ودرآفتاب می‌خشکانند. بازدهٔ آن ۲۵–۳۵ کیلوگرم ریشه درهرصد مترمربع است.

ایران: این گیاه در آذربایجان، کردستان، اراك ولرستان می‌روید.

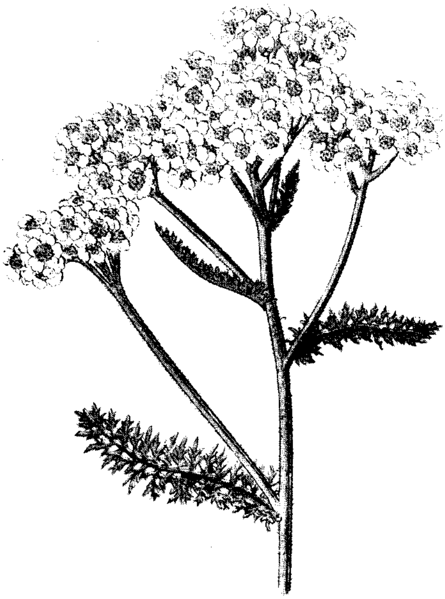
ترکیبات واثر: دارای اسانس فرار و رزین است. این گیاه ترشحات معده را به شدت تحریك می‌کند وبرای افزایش اشتها مصرف می‌شود. مدر ملایم، ضد التهاب و خلط‌آورهم است و در برونشیت ازآن‌استفاده می‌شود.

مصرف: بیشتر به شکل تنطور مصرف می‌شود) ۲۰–۳۰ قطره را ۳– ۴باردرروز با کمی‌آب می‌خورند). بندرت به شکل تیزان (۱–۲ قاشق مرباخوری از گرد نرم ریشه را با ۰/۵ لیترآب بجوشانید وبگذارید بمانند) یا به شکل گرد (یك نوك چاقو) مصرف می‌شود. معمولاً برای درمان بی‌اشتهایی، اختلالات معدی وبرونشیت مداوم مصرف می‌شود.

Yarrow

بومادران

(*Achillea millefolium* L., Compositae), Milfoil, Nosebleed, Thousand-leaf.



شرح: گیاهی‌است پایا بارتفاع ۲۰–۴۵ سانتی مترکه ریزوم خزنده ومنشعبی‌دارد. برگهای قاعده‌گیاه به‌شکل‌طوقی‌است وساقه‌های‌آن معمولاً ساده وگلدار است. کاپیتول آن معمولاً بـه شکل گل‌آذین چتری صاف‌است. گل‌های‌زبانه‌ای‌آن‌سفیدرنگ وگلهای‌لوله‌ای آن غالباً سفید مایل‌به‌زرداست. درکوهستانها گل‌های‌زبانه‌ای‌آن غالباً صورتی مایل‌به‌قرمز است. زمان گل‌دادن بین خرداد تـا شهریور است.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك شده. بندرت فقط ازکاپیتول یا فقط از برگها استفاده می‌شود.

زیستگاه و گردآوری: بومادران در کنار جاده‌هـا، پرچینها، زمینها و مراتع تـا ارتفاع ۲۷۰۰ متری یـافت می‌شود. معمولاً دربریتانیا ودراروپا می‌روید. گیاه گلدار را جمع‌آوری کرده ودرسایه درحرارت‌کمتر از ۴۰ درجهٔ سانتی گراد خشك می‌کنند.

ترکیبات واثر: مواد تلخ واسانس‌های فراردارد. بومادران‌دارای‌خاصیت ضدالتهاب وضد اسپاسم است وترشحات معده را تحریك می‌کند. درناراحتیهای‌قاعدگی‌اثرتنظیم‌کننده وضد اسپاسم دارد. هم‌چنین ضـد التهاب هم هست. مصرف مقدارزیـادآن سبب سردرد و سرگیجه می‌شود.

مصرف: معمولاً بـه شکل تیزان (۲–۳ قاشق غذاخوری ازآن‌را دریك لیترآب سرد ریخته وبگذارید بماند). از راه خوراکی در بی‌اشتهایی، اختلالات معـدی، اسهال، نفخ، قاعـدگی دردناك و دیررس، بواسیر و سرفه مصرف‌می‌شود. ازراه خارجی برروی‌زخمهای چرکین مالیده می‌شود.

Alpine Mugwort

(*Achillea erba rotta* All. subsp. *moschata* (Wulf.) Vaccari, Compositae), Musk Achillea.



شرح: گیاهی است پایاکه لایه‌ای از طوقی‌های فشرده ودرهم و ساقه‌هـای گلدار متعددی بارتفاع ۱۰ـ ۲۵ سانتی متر تشکیل می‌دهد. برگهای طوقی‌قاعده وساقه‌های گلدار سبزتیره بدون کرك یا کمی کرکدار، کشیده و شانه‌ای ریز است. کاپیتول‌ها درگروههای ۲ـ ۵ تایی برساقه گلدارقراردارند وقطر هریك ۱/۵ سانتی متر است. گلهای زبانه‌دار دارای زبانه‌هایی به‌رنگ سفیدروشن و گلهای لوله‌ای زرد مایل به سبز است. برگه‌های گریبان سبز رنگ است. زمـان گل‌دادن خرداد تا مرداد است.

قسمت مورداستفاده: گیـاه گلدار بـه حالت تازه یاخشك.

زیستگاه‌وگردآوری: منحصر به‌کوههای آلپ است. به‌مقدار فراوانی درمراتع،زمینهای بایر وسنگی برروی خاکهای آهکی می‌روید. در ارتفاع ۱۵۰۰ تا ۳۰۰۰ متری رشد می‌کند. گیاه گلداررا جمع‌آوری کرده ودرسایـه در گرمایی کمتر از۴۵ درجه سانتی‌گراد خشك می‌کنند. دربریتانیا نمی‌روید.

ترکیبات واثر: این گیاه حاوی مقدار زیادی اسانس فـرار و مقدارکمی مواد تلخ است. اسانس فـرار آن تـرشحات معـده را تحریك کرده و اشتها را افزایش می‌دهد. به مقدارکمی مـدر است وخاصیت ضد سرفـه دارد.

مصرف: بیشتر بـه شکل لیکور مصرف می‌شود (۳۰۰گرم گیاه تازه‌یا ۷۵ـ۱۰۰گرم گرم گیاه خشك را دریك لیتر الکل ۴۵درجه به‌مدت ۱۰ روز بخیسانید ومرتباً آن را تکان دهید. آن‌را صاف‌کنید و به‌آن شکر یا شربت اضافه‌کنید تا مزه پیدا کند). بندرت به شکل تیزان مصرف می‌شود (۱-۲ قاشق غذاخوری از گیاه را در یـك لیتـر آب داغ ریخته و بگذارید دم بکشد) موارد مصرف اصلی آن عبارت است از: بی‌اشتهایی، دیرهضمی،نفخ، اسهال و بندرت سرفه.

Wild Chamomile

بابونه گاوی،

(*Matricaria recutita* L. = *M. chamomilla* auct., Compositae), German Chamomile, Single Chamomile, Matricaria.

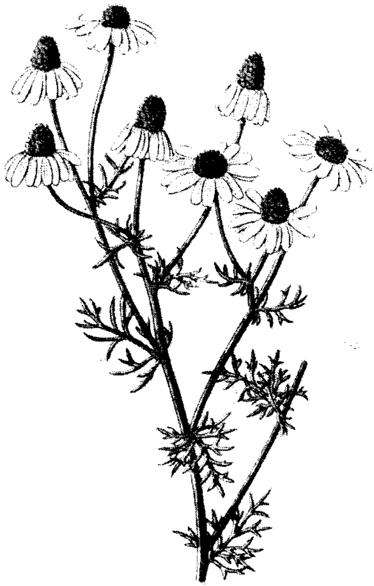
بابونه .

شرح : گیاهی است یکساله که تا ارتفاع ۶۰ سانتی متری می‌رسد. ساقـهٔ آن مستقیم و منشعب است. برگها ۲ــ۳ شانه‌ای ، بخش های نهایی سوزنی شکل و کم وبیش بی‌کرك. کاپیتول که به ساقهٔ نـازکی متصل است بـه قطر ۱ تـا ۱/۵ سانتی‌متر ویك ردیف گلهای زبانـه‌دار سفید رنگ دارد. در مرکـز آن گلهای لوله‌ای متعدد وزرد رنگ برروی يك نهنج مخروطی کاملاً مشخص قرار گرفته‌اند. زمـان گل دادن اردیبهشت تا شهریور مـاه است

قسمت مـــورد استفاده : گلهـای خشك شده و بندرت گیاه گلدار.

زیستگاه و گردآوری: درمزارع وزمین‌های بایرجنوب اروپا بسیار فراوان است و به عنوان يك گیاه زینتی نیز کاشته مـی‌شود . بومی انگلستان وویلز است وبه‌طور محلی‌در ویلزو انگلستان کشت شده ویـا در زمین‌های بایر می‌روید. گاهی باکاشت دانه‌های آن در اواخرپاییز (سرما به رویش آن کمك می کند) ویا در اوایل بهار کشت مـی‌شود . گیاه را هنگامی کـه کاپیتول آن کاملاً باز شده است چیده ودرسایه در گرمای کمتراز ۳۵ درجـهٔ سانتی گراد خشك می کنند. کشت تجارتی آن فقط هنگامی که نیروی کار ارزان در دسترس است، ازنظر اقتصادی ممکن است .

ایران: این گیاه دربعضی‌ازنواحی‌شمالی ایران ونیز درشوشتر می‌روید. بابونه وحشی بیشتربه عنوان ضد التهاب و گندزدا مصرف می‌شود . خاصیت ضد اسپاسم ومعرق‌ملایم‌هم دارد .



ترکیبات و اثر: اسانس فرار، موسیلاژ ویك ماده ضد اسپاسم.

مصرف: ازراه خوراکی معمولاً به شکل تیزان به‌کارمی‌رود (يك قاشق غذا خوری از از گیاه را در يـك لیتر آب سرد بریزید ، حرارت ندهید) برای اختلالات معدی همراه با درد، دیر هضمی، اسهال وتهوع و بندرت برای التهاب مجاری‌ادرار وقاعدگی دردناك (کـه زیاد هم مؤثرنیست) مصرف می‌شود. ازراه خارجی دم کـرده آن به شکل کمپرس مصرف می‌شود. می‌توان گردگیاه را برروی زخمهای دیرالتیام پذیـر، بثورات پوستی و وعفونتهایی نظیرجوش، کورك، تبخال پاشید همچنین برای بواسیر والتهاب‌هـای دهان ، گلووچشمها مصرف می‌شود .

Chamomile — بابونه رومی

(*Chamaemelum nobile* (L.) All. = *Anthemis nobilis* L., Compositae), Roman Chamomile, Double Chamomile, Anthemis.

بابونه



شرح: دونوع بابونه رومی وجود دارد: یکی که کاپیتول آن دارای دونوع گل است که فقط از گیاه پرورش یافته بدست می‌آید و گیاه شناسان آن را مصرف می‌کنند. دیگری کاپیتول آن یك نوع گل دارد و وحشی است وبرای درمان خانگی مصرف می‌شود. بابونه رومی گیاهی است پایا (برخلاف بابونه گاوی) با ریشهٔ خزنده و شاخه‌های کوتاه. ساقه‌های مستقیم آن منشعب است وبرگهایی شبیه بابونه‌گاوی دارد. کاپیتول آن که‌برروی دم‌گل ضخیمی قرار گرفته است تقریباً بطور کامل ازگلهای زبانه‌ای سفید یا سفید مایل به زرد تشکیل یافته است. گلهای‌لوله‌ای کوچك زرد رنگ ممکن است به تعداد کم در مرکز کاپیتول وجود داشته باشد و یا اصلاً نباشد تمام قسمتهای گیاه یك بوی بسیار معطر و تلخ دارد.

قسمت مورد استفاده: کاپیتول خشك شده. زمان گل دادن: خرداد تا شهریور

زیستگاه وکشت: این گیاه بومی جنوب اروپا است و بطورمحلی دربریتانیا یافت‌می‌شود نوعی که دارای دوگل است معمولاً به حالت وحشی وجود ندارد و معمولاً با تکثیر غیر جنسی از ریشهٔ گیاه بدست می‌آید (تکثیرآن توسط دانه معمولاً گیاهان زیادی باکاپیتول دارای یك‌گل بدست می‌دهد). گیاه را در فواصل ۲۰ × ۲۰ سانتی‌متری در خاك سبك می‌کارند. خاك سنگین ومرطوب رشدگیاه را به تأخیرمی‌اندازد. گلهارا در روزهای خشك از اواسط تیر تا پاییز می‌چینند (اگر هوا مرطوب باشد رنگ گلها خاکستری می‌شود) گلها را هرچه سریعتر درسایه در حرارتی کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی گراد خشك می‌کنند. استفاده ازریشه پس ازسه سال بایدازنوشود بازدهٔ آن ۵–۱۴ کیلوگرم از هرصد مترمربع است.

ایران: این گیاه در ایران نمی‌روید.

ترکیبات واثر: اسانس فرارومواد‌تلخ. اثرآن همانند بابونه گاوی است. خاصیت ضد التهاب، آنتی‌سپتیك، ضد اسپاسم وبهبود دهنده اشتها دارد. مصرف مقدار زیاد آن استفراغ وسر گیجه می‌آورد.

مصرف: همانند بابونه گاوی است. برای تسکین دردهای قاعدگی ارزشمند است.

Tansy

کاسنی بری

(*Tanacetum vulgare*, L., Compositae)



شرح : گیاهی است زیباوپایا باریزومی کوتاه‌که چندین ساقه به ارتفاع بیش ازیك سانتی‌متر ازآن بیرون می‌آید. برگهای آن کرکدار با ۱ـ۲ شانه، و حاشیهٔ برگچه‌ها دندانه‌دار است، کاپیتول آن‌که به‌شکل چتر تقریباً مسطح است به رنگ زرد طلایی است و یك سانتی‌متر قطردارد. گلهای‌کاپیتول همگی لوله‌ای وکوتاه است. زمان گل دادن بین‌خردادتا مرداد است. تمام بخش‌های گیاه بوی معطرشدید دارد.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك شده وغالباً‌کاپیتول خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: در کنار جاده‌ها، زمین‌های بایر وکنار رودخانه ها در سراسر اروپای مرکزی می‌روید. در بریتانیا فراوان است. هنگامی‌که گلداراست گردآوری شده درسایه‌ودر گرمای کمتراز۳۵درجهٔسانتی گراد می‌روید.

ایران: این گیاه در ایران‌نمی‌روید.

ترکیبات واثر: بیشتر یك اسانس فرار داردکه مقدارزیادی‌ازآن رامادهٔ‌ای‌سمی به‌نام توژون thujone تشکیل‌می‌دهد. به‌عنوان دافع کرم(کرمهای گردونخی) مصرف‌می‌شود. این گیاه جریان خون‌راتحریك کرده‌وبه‌اندامهای داخل شکم می‌رساند. مصرف مقدار زیاد آن سبب سرگیجه، تشنج و دردقفسه سینه‌می‌شود وممکن است مهلك باشد. این گیاه حاوی یك ماده تلخ است.

مصرف: بعضی‌ازگونه‌های این گیاه‌بسیار سمی‌تر ازبقیه است وآنها را از روی شکل ظاهر نمی‌توان تشخیص داد . این گیاه را به عنوان دارو ، به ویژه در دوران آبستنی ، نباید مصرف کرد زیرا داروهای ضدکرم مؤثرتروکم خطرتر دیگری هم وجوددارد.

Wormwood

(*Artemisia absinthum* L., Compositae), Absinthe.

افسنتین،

افسنتین کبیر،



شرح: گیاهی است با ریشه‌ای چوبین، شاخه‌های گلدار آن گاهی تا یك متر هم می‌رسد. بسیار پر برگ و كرك است، برگ‌های پایینی گیاه دارای سه بریدگی و شانه‌ای است، اما برگهای بالایی بریدگی‌های کمتری دارند. هر شانه نیزه‌ای شکل است و از تارهای ابریشمی پوشیده شده است. کاپیتول آن کروی و به قطر ۳-۴ میلی‌متر است و برگه‌های گریبان آن چروکیده و خاکستری مایل به سبز است. گل‌ها بسیار کوچك و زرد رنگ است.

قسمت مورد استفاده: برگ و سرشاخه‌ـ های گلدار.

زیستگاه، کشت و گردآوری: در زمینهای بایر، بر روی دیوارها و صخره‌های خشك در سراسر اروپای مرکزی به ویژه در مناطق گرم می‌روید. در بریتانیا هم دیده مـی‌شود. یك گیاه زینتی معمولی است. با کاشتن دانه در فواصل ۴۰ × ۳۰ سانتی‌متری در خاك سبك تکثیر می‌شود. گیاه گلدار را بین تیر تا شهریور جمع‌آوری کرده و در سایه خشك می‌کنند. می‌توان بین ۴-۱۰ سال همه‌ساله سرشاخه‌های گیاه را چیده و جمع‌آوری کرد بازدهٔ آن ۲۵-۵۵ کیلوگرم از هر صد مترمربع است.

ایران: در اطـراف دماوند، آستارا و سواحل دریای خزر می‌روید.

ترکیبات و اثر: دارای مواد تلخ و اسانس فرار است که هر دو بـه طرز قابل ملاحظه‌ای ترشحات معده را تحریك کرده و برای افزایش اشتها مصرف می‌شوند. اسانس فرار به مقدار زیاد یك ماده سمی شدید است و سبب سرگیجه، تشنج، مسمومیت و هذیان و نیز افزایش شدید جریان خون به احشاء داخلی شکم می‌شود. مصرف مداوم آن منجر به اختلالات روانی و دیوانگی می‌شود.

مصرف: انفوزیون (۱-۲ قاشق مربا‌ـ خوری از گیاه خورد شده را در یك لیتر آب سرد بریزید ـ آن را نجوشانید) برای بی‌اشتهایی، کند گواری و کولیك شکمی مفید است. بـه همین منظور گرد این گیاه را می‌توان به شکل کاشه دارویی یا مربا (تقریباً یك گرم، سه بار در روز) مصرف کرد. گاهی به عنوان ضد کرم از آن استفاده می‌شود ولی به علت این کـه مقدار زیادی از آن لازم است خطرناك است. در دوران آبستنی باید با احتیاط مصرف شود.

White Mugwort

(*Artemisia multellina* Vill., *Artemisia genipi* Web., Compositae)



شرح: بوته یا گیاه کوچکی است که ریزوم کوتاه و کشیده‌ای دارد و بـر روی آن پاجوش‌های گلدار و برگهای کوچك به شکل طوقی قرار گرفته‌اند . برگها به طول ۱ــ۴ سانتی‌متر، باریك، خـاکستری مایل بـه نقره‌ای و کرکدار است و مانند انـگشتان دست تقسیم‌بندی شده است. هر بخش آن نیز نیزه‌ای یـا تقریباً سوزنی شکل است. ساقهٔ گلدار ساده و به‌ارتفاع ۵-۲۰ سانتی‌متراست. غالباً به‌رنگ قرمزمایل به‌قهوه‌ای، برگدار ودارای کاپیتول تخم مرغی شکـل است . قطـر هـر کاپیتول ۷-۱۵ میلی‌متر است و هـر یك دارای ۷-۱۵ گلچه کوچك زردرنگ است. زمان گل دادن بین تیرتا شهریوراست. گونه‌های کوهستانی دیگـر مانند A. glacialis نیز مصـرف می‌شود .

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدارخشك شده .

زیستگاه و گردآوری : معـمـولاً در بین ۲۲۰۰ و ۳۲۰۰ متری بین سنگهـا و وصخره‌ها می‌روید. درسایه خشك می‌شود. از دانه‌های گیاه وحشی کشت می‌شود و در سال دوم برداشت‌می‌شود. در بریتانیا یافت می‌شود

ترکیبات واثر : اسانس فرارومواد تلخ دارد. اثر آن شبیه افسنتین است. تلخی کمتری از آن‌دارد و بنابراین تأثیرش‌نیز کمتر است. ترشحات معده را تحریك می‌کند.

مصرف: درپزشکی‌می‌توان‌از افسنتین به جای آن استفاده کـردکه برای کندگواری و اختلالات معده بهتر است. اصولاً نبایدازآن به عنوان یك دارو استفاده کرد. مگردرمناطقی که فراوان است.

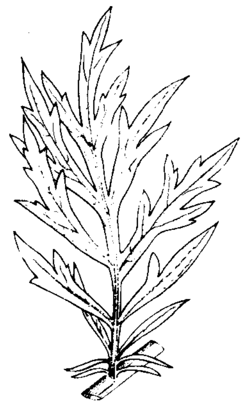
Mugwort

برنجاسف،

(*Artemisia vulgaris* L., Compositae), Felon Herb

درمنه ،





شرح : گیاهی است پایا بدون ساقهٔ زیرزمینی، ساقه‌های آن که تا ۲ متر ارتفاع پیدا می‌کند محکم، زاویه‌دار وغالباً کمی سرخ رنگ است. برگهای آن شانه‌ای است. سطح بالایی سبزتیره‌رنگ با تارهای کم یا بدون تار وسطح پایینی آن سفیدرنگ با تارهای فراوان است.

کاپیتول‌های آن درگروههایی به شکل خوشهٔ افشان قرارگرفته است. کاپیتول‌های کوچک، تخم مرغی یا دراز آن بـه طول ۴ میلی‌متر دارای گل‌های لوله‌ای کوچك زرد یا قرمز فراوان است.

قسمت مورد استفاده: پاجوش هـای گلدار یا برگ خشك شده.

زیستگاه،کشت وگردآوری: در خاك ـ های غنی ازازت، درمکانهای بـایر، درکنار نهرهاورودخانه‌ها ونزدیك اصطبل‌ها می‌روید دربریتانیا وبیشترمناطق اروپا می‌روید. آن‌را می‌توان ازراه‌کشت دانه‌ها یـا بـا تولید مثل غیرجنسی (قلمه‌زدن، ریشه‌دواندن،خواباندن) در فواصل ۴۰ × ۴۰ سانتی‌متری تکثیر کرد. پس از سال دوم گیـاه مصرف دارویی پیدا می‌کند. درسایه‌آن‌را خشك می‌کنند. بازدهٔ آن ۱۵ـ۳۰ کیلوگرم درهرصد مترمربع است.

ایران: درنواحی شمالی وغربی‌ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: مقدارکمی‌اسانس‌فرار ومواد تلخ دارد. گوارش را تحریك کرده و بـه قاعدگی کمك می‌کند. مصرف مقدار زیاد وطولانی آن بدون خطر نیست وممکن‌است به دستگاه اعصاب‌آسیب برساند.

مصرف: معمولاً به شکل تیزان (۱ـ۲ قـاشق غذاخوری از گیاه خورد شده را در نیم لیتر آب بجوشانید و بگذارید بمانـد) برای‌رفع بی‌اشتهایی، ضعف گوارش‌وقاعدگی نامنظم به‌کارمی‌رود.

Coltsfoot

پای خر

(*Tussilago farfara* L., Compositae), Coughwort, Horsehoof, Foal's Foot, Ass's Foot, Bull's Foot.



شرح: گیاهی پایا است که گاهی به‌علت وجود ساقه‌های زیرزمینی که بسرعت رشد می‌کنند درمنطقهٔ وسیعی پراکندگی دارد. پاجوش‌های گلدارآن تا ۲۰ سانتی‌متر ارتفاع دارد و از برگهای فلس‌دار خطی کوچك وارغوانی پوشیده شده‌است. کاپیتول آن ۱/۵ سانتی‌متر قطردارد ودارای گل‌های زبانه‌دار متعدد به رنگ زرد طلایی است. برگهای طوقی‌قاعده آن قلبی شکل کروی است وهرلوب آن به‌یك رأس منتهی می‌شود. حاشیهٔ برگها دندانه‌دار است. سطح بالایی برگها سبز تیره با تارهای کم وسطح پایینی به علت تارهای فراوان سبزمایل به‌سفید است. زمان گل‌دادن اسفند تا فروردین‌است.

قسمت مورد استفاده: معمولاً سرشاخه‌های گلدارخشك شده وبندرت برگهای خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: برروی خاك‌های شنی ورسی به ویــژه درمناطق بایر، در گودالها، درکنار نهرهاودریاچه‌ها، درسواحل سراسراروپا، شمال‌اروپا و بوفود دربریتانیا می‌روید. گلهـا دراوایل فروردین وبرگها در اردیبهشت وخرداد گردآوری می‌شوند. گلها را درسایه خشك می‌کنند، برگها را می‌توان درآفتاب هم خشك کرد.

ایران: دربیشتر نواحی ایران ازجمله شمیرانات، راه چالوس ودامنه‌هـای مرطوب کندوان می‌روید.

ترکیبات و اثر: گلهادارای مقدارکمی اسانس فرار، موسیلاژوتانن‌است. برگها فاقد اسانس فرارند اماتانن وموسیلاژ دارند. هردوقسمت گیاه معمولاً خـاصیت ضد التهابی ملایمی دارد و برای سرفه‌های مداوم مصرف می‌شود.اخیراً خاصیت ضداسپاسم آنهاکشف‌شده است. ازراه خارج پای خربرای التیام‌زخم‌ها مصرف می‌شود.

مصرف: از هــردوقسمت گیاه به شکل تیزان (یك لیترآب سرد را روی ۱ـ۲ قاشق غذاخوری‌آن ریخته به‌نقطه جوش برسانید و سپس بگذارید بماند) برای سرماخوردگی و برونشیت‌استفاده می‌شود. بندرت برای درمان بثورات جلدی مصرف می‌شود (اثرآن بسیار ضعیف است) از راه خارج به شکل لوسیون مصرف می‌شود یا برگهای له شده‌آن راروی زخمهای دیرالتیام می‌مالند).

Butterbur

(*Petasites hybridus* (L.) G.M.Sch., *Petasites vulgaris* Desf., Compositae), Bog Rhubarb, Butter-Dock.

شرح: گیاهی است پایا و دوپایه با برگهای گرد، قلوه‌ای شکل یا قلبی شکل با دندانه‌های عمیق (به درازای یك متر وپهنای ۳۰ ـ ۶۰ سانتی متر) سطح زیرین برگ خاکستری رنگ است وتارهای فراوانی دارد. ریزوم آن کوتاه وستبر است. کاپیتول‌های آن صورتی یا ارغوانی تیره‌رنگ است وبه‌شکل گل آذین خوشه‌ای قرار گرفته‌اند.



قسمت مورد استفاده: ریزوم‌خشك‌شده وبرگهای خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: در اروپا در مرغزارهای مرطوب، گودالها ودرکنار رود- خانه‌ها می‌روید. گیاه نر درسراسر بریتانیا فراوان است. گیاه ماده درشمال بریتانیا می- روید ولی در نواحی دیگر این کشور کمیاب است. ریزوم‌های آن را درتابستان گردآوری کرده ودرسایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ایران: درگرگان و بندرگز می‌روید.

ترکیبات واثر: موسیلاژواسانس‌فرار، دوماده ضد اسپاسم به‌نام پتاسیتین وپتاسین-S

مصرف: درطب خانگی برگهای تازهٔ آن ازراه‌خارج برای پانسمان‌زخم‌وازراه‌خوراکی به عنوان مدر وعرق‌آورمصرف می‌شود. ریشهٔ آن بیشتر درطب هومئوپاتی برای سردرد و دردهای گردن مصرف می‌شود. برای درمان سرفه وتحریکات دستگاه ادراری نیز مصرف می‌شود.

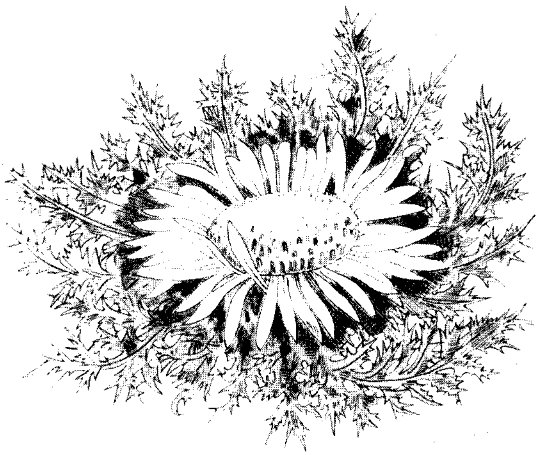
Dwarf Thistle

(*Carlina acaulis* L., Compositae), Ground Thistle

شرح: گیاهی است پایا با ریشه‌قهوه‌ای مایل به سیاه‌که تا ۲۰ سانتی‌متر درازا و ۱-۲/۵ سانتی‌مترضخامت پیدامی‌کند. برگها به شکل یك طوقی به طول ۵-۱۵ سانتی‌متر طول، نیزه‌ای شکل با بریدگیهای عمیق وقسمت‌های نابرابر که هرقسمت منتهی به‌یك خار سخت می‌شود. کاپیتول آن که ۶-۱۲

قسمت مورداستفاده: ریشهٔ خشك‌شده.

زیستگاه وگردآوری: در کوههای آلپ تا ارتفاع ۲۸۰۰ متری ودرمراتع فقیر می‌روید. ریشه آن را درپاییز یا بهار ازخاك بیرون می‌آورند و پس از شستشو در سایه یا آفتاب خشك می‌کنند.



سانتی‌متر قطر دارد بلافاصله برروی برگها قرارگرفته است. بندرت کاپیتول برروی یك دم‌گل به‌طول ۲۰ سانتی‌متر قرار می‌گیرد. برگه‌های گریبان‌سخت، نقره‌ای رنگ‌ونیزه‌ای شکل است و غالباً در نظر افراد غیرمتخصص گلبرگ محسوب می‌شود. در مرکزکاپیتول گل های زبانه‌ای متعددی به رنگ سفید یا مایل به‌زرد وجود دارد. زمان گل دادن بین تیر تا شهریور است.

ترکیبات و اثر: ریشهٔ این گیاه حاوی اسانس‌های فراروبك رزین است‌خاصیت‌مدر وآنتی بیوتیکی دارد.

مصرف: فقط گاهی به شکل تیزان (آب سرد را روی ۱–۲ قاشق غذا خوری از گیاه خورده شده بریزید و آن را به نقطه جوش برسانید) و یا پودر (روزی ۲–۴ نوك قاشق را در آب بریزید).

گل همیشه بهار

Marigold

(*Calendula officinalis* L., Compositae), Calendula, Garden Marigold, Pot Marigold.



شرح : گیاهی است یك ساله بندرت دوساله باساقهٔ منشعب وسفت. برگهای پایینی گیاه‌قاشقی‌شکل وبرگهای بالایی بیشتر به‌شکل نیزه‌ای یا بیضوی به طول ۵–۱۲ سانتی متر وکم وبیش در هر دو طرف کرکدار است . کاپیتول‌های آن بزرك وبه قطر ۳-۵ سانتی‌متر است. گل‌های وسط کاپیتول لوله‌ای است که دورتا دورآن چندین ردیف گل زبانی قرار گرفته است. گاهی تمام‌گل‌ها زبانه‌ای است وگل لوله‌ای ندارد. گل‌ها زردکم رنگ‌یا پر رنگ ویا نارنجی رنگ است. زمان گل‌دادن خرداد تا شهریور است.

قسمت مورد استفاده: گل‌های لوله‌ای و زبانه‌ای بدون برگه‌های‌گریبان یا تمامی سرشاخه‌های‌گلدار وبندرت تمام‌گیاه‌گلدار .

زیستگاه وکشت: بومی منطقهٔ مدیترانه است اما اکنون به‌شکل‌وحشی یافت‌نمی‌شود، غالباً به‌عنوان گیاه زینتی‌کاشته می‌شود. نوعی که هر دوگل را دارد جهت مصارف دارویی باکاشتن دانه‌های آن در ردیف‌هایی به‌فاصله ۳۵ سانتی‌متر از همدیگر به دست می‌آید. کاپیتول‌های‌آن را هنگامی که‌کاملاً بازشده‌اند گردآوری‌کرده ودرسایه درحرارتی‌کمتر از ۳۵ درجه سانتی گراد خشك می کنند .

ایران: درنواحی غربی ایران، جنوب غربی ومسجد سلیمان می‌روید.

ترکیبات واثر: حاوی مقدار کمی اسانس‌های‌فرار، رزین‌یك‌مادهٔ‌تلخ‌وساپونین‌ها است. اثر آنها کاملا شناخته شده نیست ولی به ترشح صفرا کمك می کنند، اثرآنهابرروی قاعدگی مورد تردید است . التیام زخمها را تسریع می بخشد.

مصرف: ازراه خوراکی به‌شکل‌تیزان (۱–۲ قاشق مرباخوری ازگیاه را درنیم‌لیتر آب سرد بخیسانید) برای یرقان و افزایش ترشح جریان‌صفرا وکمك به قاعدگی‌مصرف می‌شود. ازراه خارج تیزان یا تنطور (یك قاشق غذاخوری از تنطور دریك فنجان آب) برروی زخمها مالیده می‌شود.

همیشه بهار کوهی

Arnica

تنباکوی هندی

(*Arnica montana* L., Compositae)



شرح : گیاهی است بـاریزوم خزنده که درسال اول یك طوقی قاعده‌ای با ۴ ـ ۸ برگ متقابل تخم مرغی شکل به رنگ سبز مایل به زرد، کرکدار، به‌طول ۴ـ۷سانتی‌متر ایجاد می‌کند درسال دوم یك ساقه گلـدار به طول۳۰ـ۶۰ سانتی متر با ۲ـ۶برگ متقابل پیدامی‌کند (بیشترگونه‌های دیگراین‌خانواده که همیشه بهار کوهی ممکن است بـا آنها اشتباه شود دارای بـرگهای متناوب هستند). کاپیتول پـرگل وزرد طلایـی رنگ آن در ماههای خرداد تامرداد بازمی‌شود.

قسمت مورد استفاده: گل‌های جدا شده از گریبان (شکل دارویی رسمی) ویـا تمام سرشاخه‌های گلدار تازه‌ویاخشك‌شده. بندرت از ریزوم استوانه‌ای آن نیز استفاده می‌شود.

زیستگاه وگرد آوری : بیشتر درکوه‌های آلپ در ارتفاع ۱۰۰۰ تا۲۸۰۰ متری به‌ویژه درخاکهای گیاهدار می‌روید. به‌حالت وحشی در بریتانیا دیده می‌شود. سرشاخه‌های گلدار را هنگامی‌که گل دارند گـردآوری کرده و هرچه سریعتر درگرمای‌کمتر از ۳۵ درجه سانتی‌گراد خشك‌می‌کنند.ریزوم‌درپاییز خشك‌می‌شود.این گیاه جزو گیاهان‌حفاظت‌شده سوئیس است .

ایران : درایران نمی‌روید.

ترکیبات واثر : اسانس‌های‌فرارحاوی ترکیبات پلی‌استیلنی، فلاون‌ها و موادی کـه برروی دستگاه‌گردش خون اثر می‌کنند ولی هنوز مشخص نشده‌اند.ازراه‌خارج برای‌درمان کوفتگی‌ها مصرف می‌شود زیرا سرخ‌کننده‌و محرك پوست است.از راه خوراکی محرك دستگاه گوارش و کلیه‌هاست (مدر). ترشح کیسه صفرا را افـزایش داده وبرروی فشار خون اثرمی گذارد. ابتدا آن‌را پایین آورده وسپس بالامی‌برد. مصرف مقدارزیادآن‌ممکن است سمی باشد.

مصرف: به شکل تنطور (یك‌قاشق غذا خوری ازتنطور دریك چهـارم لیترآب) در کمپرس‌ها برای‌کوفتگی‌ها، التهاب‌ها و در- رفتگی‌ها ونیز به‌شکل غرغره برای‌التهاب‌های دهان وگلو(۲۰قطره تنطور دریك‌لیوان‌آب) مصرف می‌شود. ازراه خوراکی به‌علت‌سمیت باید با دقت بسیار زیاد مصرف شود.

Burdock

بابا آدم

(*Arctium lappa* L.=Great Burdock and *Arctium minus* Bernh.=Lesser Burdock, Compositae), Lappa, Thorny Burr, Beggar's Buttons.

آراقیطون



شرح : گیاهی است زیبا، دو ساله تا ارتفاع ۲ متر که درسال اول برگهای آن به شکل طوقی قاعده‌ای است و درسال دوم محور گلدار آن خارج می‌شود. ریشه‌های آن به ضخامت ۵ سانتی‌متر وطول بیش از یك‌متر به طور عمودی در خاك می‌روید . برگهای آن بزرگ، تخم مرغی ودمبرگ‌دار است و حاشیه دندانه‌دار یا موجداردارد. گلهای آن سرخ است ودرکاپیتولی به قطر ۲-۵ سانتی‌متر قرار گرفته وهر برگه‌گریبان به یك رأس‌دراز وقلاب مانند منتهی می‌شود.

قسمت مورد استفاده : ریشهٔ خشك یا تازه وبندرت برگها ومیوه‌گیاه

زیستگاه وگردآوری : درکنارجاده‌ها وزمینهای بایر درسراسر بریتانیا و اروپا می‌روید. با کشت دانه‌های آن در فواصل ۵۰ سانتی‌متری تکثیرمی‌شود. گیاه یك ساله را در پاییز وگیاه دوساله را در بهار گردآوری می‌کنند. ریشه‌ها را ازطول می‌برند ودرکمتر از ۷۰ درجه سانتی‌گراد خشك می‌کنند.

ایران : درمازندران، گیلان، آذربایجان همدان ، کرمان ، خراسان و اطراف تهران می‌روید .

ترکیبات واثر : بابا آدم‌دارای مقدار کمی اسانس‌های فرار، رزین و چندین ماده آنتی بیوتیکی است . این گیاه مدر است و مقاومت بدن‌را دربرابرعفونت‌ها زیادمی‌کند. گفته می‌شودکه رشد مو را تقویت می‌کند . (دلیلی وجود ندارد) .

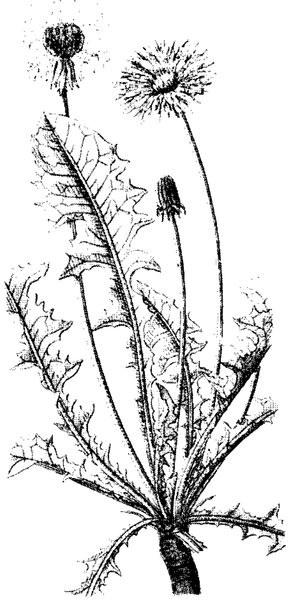
مصرف: معمولا به شکل عصاره یا جوشانده (۲-۳ قاشق غذاخوری ازگیاه‌کاملا خرد شده را به مدت ده دقیقه در نیم لیترآب بجوشانید) ویاگرد (یك قاشق غذا خوری‌در آب روزی سه بار) برای چرك‌ها و دانه‌های پوستی مصرف می‌شود .

Dandelion

کاسنی زرد،

گل قاصد

(*Taraxacum palustre* (Lyons) D.C., s.l. = Narrow-leaved Marsh Dandelion and *Taraxacum officinale* Weber, s.l.= Common Dandelion, Compositae), *Taraxacum dens-leonis,* Desf.



شرح : این گیاه به‌شکلهای بسیار متنوعی وجود دارد و بنا براین رده‌بندی آن کار بسیار مشکلی است. تاکنون این گونه‌های مختلف ازنظرخواص دارویی آزمایش نشده‌اند. این گیاه ریشه‌ای قهوه‌ای مایل به سیاه به طول چندین سانتی‌متر ساده و گاهی منشعب دارد. برگها به طول ۵–۲۵ سانتی‌متر نیزه‌ای، گوناگون، نامنظم و کم و بیش دارای برگهای عمیق و کرکدار گلهای زرد رنگ آن بر روی یك دمگل توخالی قرار دارد و تمام گلهاز بانه‌ای است.

قسمت مورد استفاده: ریشهٔ خشك شده ونیز تمام گیاه ازجمله ریشه. دربهار از گیاه جوان استفاده می‌شود.

زیستگاه و گردآوری : در کشت زارها، کنار جاده‌ها وزمین‌های بایر می‌روید . گونه‌های مختلف آن دربریتانیا وسراسراروپا می‌روید . بهترین زمان گرد آوری تقریبا نامشخص است. ریشهٔ گیاه درماههای خرداد تاتیر بیش ازهرزمان دیگری تلخ است. برطبق بعضی ازفارماکوپه‌ها گیاه‌را باید در پاییز گرد‌آوری کرد. پیش ازخشك کردن ریشه‌های بزرگ درسایه یاآفتاب بایدآن را ازطول برید.

ایران: این گیاه درایران نمی‌روید.

ترکیبات واثر : برروی موادفعال آن هنوز هم به‌طورکامل مطالعه نشده است. ریشهٔ آن دارای مقدارزیادی‌شیرابه و اینولین‌است. این‌گیاه غده‌های گوارشی به‌ویژه لوزالمعده ومجاری صفراوی راتحریك می کند. خاصیت ضعیف مسهلی ومدری هم دارد .

مصرف: شیرهٔ حاصل ازریشهٔ تازه‌گیاه یا جوشانده قطعات ریز و خشك شده ریشه گیاه (۱-۲ قاشق غذاخوری را درنیم لیترآب سرد به مدت۲ ساعت خیسانیده به نقطه‌جوش می‌رسانند ومی گذارند بماند) برای تحریك ترشح صفرا خورده می‌شود .

Holy Thistle

خارمقدس

(*Cnicus benedictus* L., Compositae), Blessed Thistle



شرح : گیاهی است یك ساله ، محکم با ساقهٔ منشعب وپنج وجهی تا ارتفاع ۷۵ سانتی‌متر. برگهادراز، نیزه‌ای باحاشیهٔ دندانه‌دار که هردندانه به خارمنتهی می‌شود. برگها موجدار به رنگ سبز تیره که در هردوطرف، تارهای درازی دارد. گلهای آن زرد رنگ و کم وبیش بین برگه‌های گریبان پنهان است. رأس برگه خارداراست و مانند یك قلاب برگشته است. زمان گل دادن بین اردیبهشت و شهریور است .

قسمت مورد استفاده : گیاه گلدار خشك شده وبندرت گیاه تازه.

زیستگاه وگردآوری : بومی مناطق مدیترانه است و به بریتانیا آورده شده است به عنوان یك گیاه دارویی درچندین کشور اروپایی کشت می‌شود. دانه‌های آن را در ردیف‌هایی به فاصله ۳۰ سانتی‌متر ازهمدیگر درخاکی که خوب کودداده‌شده‌است‌می‌کارند. گیاه را هنگامی که گلدار است گردآوری کرده و در سایه خشك می‌کنند. بازدهٔ آن ۲۵ تا ۶۰ کیلوگرم گیاه خشك ازهرصد متر مربع است.

ایران : در آذربایجان ، مازندران ، نواحی مختلف البرز، اطراف تهران‌واستان‌های جنوبی کشور می‌روید.

ترکیبات واثر : این گیاه حاوی مقدار کمی‌اسانس‌فرار ویك مادهٔ تلخ است. به‌مقدار کم به‌گوارش کمك می‌کند ولی به‌مقدارزیاد استفراغ آور است. گاهی به عنوان‌خلط آور مصرف می‌شود، اما این اثر آن مورد تردید است .

مصرف: برای تحریك اشتها به‌شکل تیزان (نیم لیتر آب‌سرد داروی ۱ـ۲ قاشق‌غذاخوری گیاه خردشده بریزیدومدت دو دقیقه‌حرارت دهید). ازاین گیاه نباید به‌عنوان مدرو یا برای درمان برونشیت استفاده کرد. برای این منظور داروهای مؤثرتری وجود دارد .

اسفرزه (FLEAWORT)

(Plantago psyllium., Plantaginaceae), Clammy-Plantain.



شرح : اسفرزه (اسپرزه) گیاه علفی، یك ساله وبه ارتفاع ۱۰ـ۳۵ سانتی‌متر از تیره بارهنك است. برگهایی باریك، دراز، نوك تیز ومجتمع به شکل متقابل یا سه‌تایی برروی ساقه دارد. گلهای آن‌که به وضع مجتمع درکناره برگهای قسمت انتهایی‌ساقه به‌شکل سنبله‌هایی‌واقع برروی پایهٔ بلندظاهر می‌گردد، دارای براکته‌های باریك درقاعده گل آذین است . میوه‌اش به شکل پوشینه، شکوفا، دوخانه‌ای ومحتوی یك دانه کوچك لغزنده وبه رنگ قهوه‌ای درهرخانه است. تحت نام اسفرزه، دانه این گیاه مخلوط با دانهٔ چند گونه مجاور آن از جمله P, lanceolata مورد استفاده درمانی قرار می‌گیرد.

قسمت مورد استفاده: برگ و به ویژه دانهٔ آن برای مصارف پزشکی به‌کار می‌رود.

زیستگاه وگردآوری : این گیاه به حالت خودرو در نواحی وسیعی از اروپا و آسیا، نواحی مختلف مدیترانه، شمال آفریقا وجنوب غربی‌آسیامی‌روید. تکثیرآن به‌وسیلهٔ دانه ودر زمینهای شنی قابل نفوذ، شخم زده‌و عاری از علفهای هرزه انجام می گیرد . در مردادماه‌آن راجمع‌آوری می کنند ودانه‌های رسیده را ازشاخه‌های خشك جدا می‌کنند.

ایران : این‌گیاه در منطقه وسیعی از شمال ایران، بین منجیل وپاخیار، مسجد سلیمان وبوشهرمی‌روید.

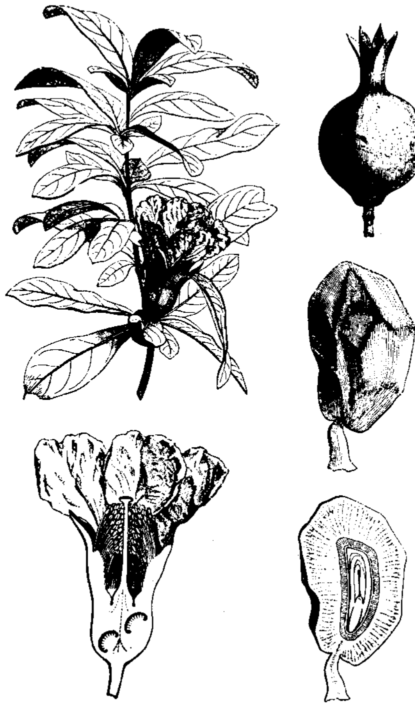
ترکیبات واثر: اسفرزه دارای اسید گالیك وتانیك‌ونیز گلیکوزیدی به‌نام‌اوکوبین (Aucubine) در قسمتهای مختلف و مقدار فراوانی‌لعاب‌است به‌طوری‌که با قرارگرفتن دانه درآب‌پوستهٔ‌خارجی‌آن متورم می‌شود و پس ازپاره شدن لعاب آن خارج می‌گردد . دانه اسفرزه‌به‌خاطرداشتن لعاب‌اثرملین‌دارد. همچنین سبب‌التهاب پوست می‌شود.

مصرف: ازلعاب این‌گیاه (۶ـ۳۰ گرم اسفرزه راپس ازپاك نمودن، شب‌هنگام‌خیس نمایید و صبح ناشتا بنوشید) جهت مصارف ذکرشده‌و‌نیز برای‌رفع تورم‌چشم به‌شکل‌شستشو استفاده می‌شود . همچنین لعاب اسپرزه پخته به شکل ضماد برای التیام زخمها و آبسه‌ها به‌کارمی‌رود.

PUNICE APPLE
انار

(Punica granatum, Punicaceae or Granataceae), Pomegranate tree.

روبان



شرح: درختی است کوچك با ساقه‌ای ناهموار که از پوستی به‌رنگ مایل به سبز پوشیده شده‌است. شاخه‌های متعدد آن نامنظم و سرخ رنگ است و غالباً نیز در انتها به نوك تیز خار مانندی ختم می‌شود. برگهای آن متقابل، شفاف وگلهای آن درشت وشامل گلبرگهائی به رنگ سرخ مایل به ارغوانی است. از مشخصات این گیاه آنست که کاسه گوشتدار آن پس‌از تشکیل‌میوه نیز درقسمت انتهائی آن باقی می‌ماند ومقدار زیادی پرچم را درخود محفوظ نگه‌می‌دارد. میوه آن کروی است وپوستی ضخیم و قرمز رنگ یا نازك و ناهموار دارد. دانه‌های انار هریك دربخش آبدار و قرمز یا صورتی‌رنگ آن جای‌دارد.

قسمت مورد استفاده: از گل، برگ، پوست ریشه و ساقه جهت مصارف درمانی استفاده می‌شود.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه درمنطقه مدیترانه و غرب آسیا و شمال آفریقا یافت می‌شود.

ایران: درخت انار بطور پراکنده در نواحی مختلف ایران وجود دارد. درنواحی شمالی بویژه مازندران و نیز درآذربایجان، کردستان، یزد، ساوه و قزوین یافت می‌شود.

ترکیبات و اثر: پوست ریشه و ساقه‌این گیاه حاوی ۲۲ درصد تانن (digal-lic acid، panicotanic acid)ونیزچهار آلکالوئید پلیترین، ایزوپلیترین، متیل‌پلیترین و پزروپلیترین است که دو آلکالوئید اول خاصیت ضدکرم‌کدو دارد. بعلت داشتن تانن فراوان دارای اثر قابض نسبتاً قوی است.

مصرف: ازدم‌کرده یا جوشانده گل انار برای رفع اسهالهای‌ساده، خونریزیهای‌ساده، ترشحات ساده مخاطی و ترشحات زنانگی استفاده می‌شود. از برگ آن به شکل دم‌کرده برای درمان‌کم اشتهایی‌استفاده می‌شود. آب انار دارای خواص مدر و نیز محرك ترشح کیسه صفرا است. برای استفاده از پوست انار جهت دفع کرم‌کدو مقدار ۶۰-۹۰ گرم پوست‌ریشه یاساقه‌آنرا به‌مدت یك شبانه‌روز در دو لیوان آب خیسانده و بتدریج آنرا حرارت داده تا حجم محلول به یك لیوان برسد و سپس آنرا می‌نوشند.

(FIG)

انجیر

(Ficus carica., Urticaceae), Common Fig tree.



شرح: درخت انجیر ساقه‌ای به‌ارتفاع ۳ـ۱۰ متر وشاخه‌های منشعب وکم مقاومت دارد. برگهای آن دارای پهنکی لوبدار و منقسم به ۳ ـ ۵ تقسیم عمیق است. سطح برگهای آن ناصاف وخشن است. گلهای آن بردو نوع نر وماده واقع درجدارداخلی گل آذین گلابی شکل است. ازآمیزش این گلها، دانه‌های فراوان و ریزی در درون قسمت گوشتدارنهنج تشکیل می‌شود.

قسمت مورداستفاده: ازنظر درمانی از شیرابه درخت، برگ و میوه انجیر استفاده می‌شود.

زیستگاه وکشت: درخت انجیر انواع فراوانی داردکه به تفاوت درنواحی مختلف کرۀ زمین پراکندگی دارد. منشأ اصلی آن **نواحی مختلف مدیترانه‌بوده‌است ولی‌امروزه دراغلب نواحی دنیا مانند آفریقای شمالی، سوریه، مصر،منطقه‌مدیترانه،آمریکای مرکزی، کالیفرنیا، مکزیك، شیلی، آسیای صغیر،ایران وغیره به‌حالت وحشی می‌روید.**

ایران: درخت انجیر درغالب جنگلهای نواحی شمالی ایران و سواحل دریای خزر می‌روید. همچنین در آستارا، مازندران، آذربایجان، اصفهان، شیراز، کازرون، خوزستان‌وخراسان پراکندگی‌دارد.

ترکیبات واثر: دراعضاء این گیاه،شیرابه فراوان شیری‌رنگی شبیه به پاپایین باطعم‌تند و سوزاننده جریان دارد. ترکیب اصلی میوه انجیردکستروزاست‌وحدود ۵۰ درصددکستروز دارد میوۀ انجیر علاوه بر مصارف غذایی، خاصیت ملین روده ونرم‌کننده سینه دارد ودر طب قدیم برای این منظورازآن استفاده می‌شده است. برگ پخته آن نیز اثر ملین دارد.

مصرف: میوۀانجیریك ملین ومسهل ملایم است. در استعمال خارج، جوشانده انجیر خشك رابه‌نسبت پنجاه درهزاربه‌شکل غرغره جهت رفع تحریکات‌گلو ودهان، ورم لثه و ورم مخاط دهان استعمال می‌کنند. با کوبیدۀ میوۀ آن ضمادی برای باز کردن سر دملها تهیه می‌کنند، ازاین خمیر درموارد سوختگی وسودا برای‌ایجاد تسکین درد ورفع ناراحتی استفاده می‌شود.

ازشیرۀ ساقه انجیر برای ازمیان‌برداشتن زگیل‌استفاده می‌کنند. به‌این‌ترتیب که شیره‌را برروی زگیل می‌مالندکه زگیل ملتهب شده و پس ازمدتی می‌افتد.

انغوزه

STINKING ASSA
(Ferula assa Foetida, Umbeliferae).

قسمت مورد استفاده: از قاعده ریشه و ساقه آن شیره‌ای خارج می‌شود که آنرا انغوزه می‌نامند.

زیستگاه: این گیاه درنواحی بایر، زمین‌های ماسه‌ای خشك و آهکی گرم می‌روید، منشأ اصلی آن استپ‌های ایران و افغانستان است.

ایران: خراسان، بلوچستان و نواحی مختلف جنوب ایران اماکن اصلی رویش این گیاه است.

ترکیبات و اثر: نوع اشکی (مرغوب) این گیاه حاوی فرولیك اسید(ferulic acid) و اسانس فرار (Terpen و α pinen) است، مهمترین خاصیت درمانی آن اثر اسپاسمولیتیك، ضد آسم و قاعده‌آور است. انغوزه طعمی گس و بویی شبیه شیر دارد که علت آن وجود اسانسهای سولفوره است که دراثر اکسیداسیون تبدیل به‌سز کوئی ترپن می‌شود که بویی همانند بوی اسطوخودوس دارد.

مصرف: به‌علت داشتن بوی نامطبوع معمولاً از حب‌های حاوی ۲۰۰ میلی گرم گرد این گیاه به مقدار نیم تا دوگرم در روز مصرف می‌شود. همچنین ازعصاره الکلی آن به‌مقدار ۱ـ۴ گرم وهمچنین محلول ۲ـ۵ گرم آن همراه با سنبل‌الطیب به‌شکل تنقیه استفاده می‌شود.

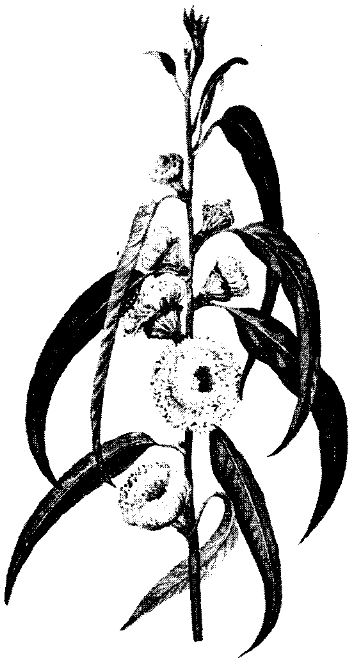


شرح: انغوزه گیاهی است علفی با ریشه راست و نسبتاً ضخیم که در پنج سال اول ظاهری بوته مانند و برگهای چسبیده به‌سطح زمین دارد. پس ازاین مدت یك ساقه بالارونده از آن خارج می‌شود که ارتفاع آن به۱/۵ـ۲ متر می‌رسد و در انتها به یك گل آذین چتری ختم می‌شود. برگهای قاعده ساقه آن بزرگ، گوشتدار، بدون دمبرگ ومنقسم دندانه‌دار یا لوبدار است. میوه آن دو فندقه‌ای، قهوه‌ای رنگ و بیضوی است.

اوکالیپتوس

(EUCALYPTUS)

(Eucalyptus globoulus, Myrtaceae).



شرح: اوکالیپتوس یکی ازدرختان گلدار و زیباست که ارتفاع آن ممکن است به ۱۵۰ متر برسد. ازمشخصات این درخت مرتفع آن است که چوب سخت و بادوام آن پوسیدگی پیدا نمی‌کند. برگها درشاخه‌های جوان وضع متقابل، افقی و تقریباً بدون دمبرگ دارد و وشکل ظاهری آنها بیضوی درازومدور است درحالیکه دردرختان مسن هریك ازآنها به دمبرگی باریك به طول ۲ ـ ۳ سانتی متر منتهی می‌شود. میوهٔ آن به شکل کپسولی است که بین ۳ـ۵ محفظه دارد. رنگ برگهای سبز پریده ومزهٔ آن کمی تلخ است.

قسمت مورد استفاده: قسمت دارویی این گیاه تنها برگهای آن به ویژه برگ درختان مسن است.

زیستگاه وکشت: اوکالیپتوس دربعضی از جنگلهای جزایر اقیانوسیه به‌حالت خودرو یافت می‌شود ودردیگر نواحی معتدل گرم و مرطوب کشت داده می‌شود.

ایران: این گیاه در ابتدای سده کنونی به‌ایران آورده شده ودرمازندران کاشته شده شده است.

ترکیبات واثر: مادهٔ مؤثر برگ این گیاه اسانسی به‌نام اوکالیپتول Eucalyptol است. علاوه براین یك ماده تلخ، تانن ومواد رزینی مختلف نیزدارد. دارای خواص قابض، تب بر وضد عفونی کننده است . همچنین به منظور تسهیل خروج اخلاط از سینه و رفع سرفه و سهولت خروج اخلاط ازسینه دربسیاری از شربتهای سینه از آن استفاده می‌شود. به‌علت داشتن دوخاصیت توأم قابض و ضدمیکروبی، اوکالیپتوس دربیماریهای مجاری ادرارو همچنین برای شستشوی دستگاه تناسلی زنان به‌شکل دم کرده استعمال می‌شود.

همچنین از اسانس آن می‌توان جهت دفع شپش بدن والبسه استفاده کرد.

مصرف: ازتیزان این گیاه (۲۰ـ۵۰ گرم برگ اوکالیپتوس را دریك لیتر آب جوش دم کنید) روزانه به‌مقدار ۴ تا ۵ استکان برای مداوای بیماریهاری دستگاه تنفس جهت تسهیل خروج اخلاط ورفع سرفه مصرف می‌شود. دراستعمال خارج به علت داشتن خاصیت ضد میکروبی وقابض به‌شکل لوسیون برای بهبود زخمها و شستشوی حفره‌های چرکی بدن مانند گوش و واژن به کار می‌رود.

به‌لیمو

(LEMON VERBENA)

(Lippia citriodora., Verbenaceae), Veveine.



شرح: به‌لیمو درختچه‌ای است به‌ارتفاع ۱/۵ تا ۲ متر. بـرگهای ساده، خشن، کامل، فراهم، مجتمع به‌تعداد ۳تا ۴تایی وبه رنگ سبز روشن دارد. گلهای‌آن کوچك ودارای جامی است که ازخارج سفید وازداخل آبی مایل به‌بنفش است. مجموعهٔ گلهای آن نیز به شکل سنبله‌های متعدد درطرفین قسمت‌انتهایی محور ساقه به‌وضع زیبایی ظـاهر می‌گردد. میوه‌اش شفت مانند ومحتوی دو دانه است.

قسمت مورداستفاده: برگ تازه‌یاخشك.

زیستگاه و گردآوری: این گیـاه بومی آمریکای جنوبی،نواحی‌شیلی،پرو وآرژانتین است ولی‌امروزه به‌علت زیبایی‌وعطردلپذیری که دارد درغـالب نواحی دنیا پرورش می‌یابد. به‌وسیلهٔ قلمه زدن شاخه‌ها یاخوابانیدن درزمینهای مرطوب تکثیر می‌شود. سرشاخه‌های گلدار یابرگها رادرهوای آفتابی جمع می‌کنند (دروسط مردادماه) درآفتاب یا سایه می‌خشکانند.

ایران: این گیاه‌درایران‌پرورش می‌یابد.

ترکیبات واثر: بـرگ به لیمو حـاوی اسانسی‌است‌که ازسه ترکیب‌لیمونن، سیترال وژرانیول تشکیل شده‌است وتنهامـادهٔ مؤثرهٔ این گیاه‌است. اثرمقوی معده دارد‌وازاین‌نظر باید آن‌را درردیف بهترین داروها قرارداد. همچنین برگ وسرشاخه‌های گلدارآن دارای خواص ضدتشنج، ضد نفخ روده وآرام‌بخش است.

مصرف: پنج تا ده گرم برگ این‌گیاه را درنیم لیترآب جوش دم می‌کنند وروزانه چند استکان‌آن‌رابرای مواردی‌که دربالاذکر گردید،مصرف می کنند. همچنین می‌توان یك قاشق چایخوری ازبرگ خشك آن را درنیم لیترآب جوش دم‌کرد وباکمی قند مانندچای آن را نوشید.

WOODY NIGHTSHADE

تاجریزی پیچ

(Solanum dulcamara, Solanaceae), Felon, Wort.



شرح: گیاهی است پایا، بالا رونده به ارتفاع ۱ـ۲ متر. برگهای آن متناوب بوده ولی شکل ظاهری آنها در قاعده شبیه قلب و درقسمتهای فوقانی آن منقسم به‌سه‌لوب‌مشخص است. دارای گلهای کوچك و بنفش رنگ با ظاهری مجتمع به شکل چتر است ودرفاصله ماههای خرداد تا شهریور بر روی گیاه ظاهر می‌شوند. میوه‌اش سته، بیضوی، قرمز رنگ (میوه رسیده) با دانه‌های کوچك است.

قسمت مورد استفاده: برگ وساقه.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه به‌حالت وحشی درحاشیه جنگلها وکنار رودخانه‌های غالب نقاط اروپای مرکزی وآفریقای‌شمالی می‌روید. معمولاً در اواخر پاییز ویا دربهار قبل از ظاهر شدن جوانه‌ها ساقه نسبتاً مسن آنرا پس‌از قطع‌کردن قطعه قطعه‌کرده وآنرا می‌خشکانند.

ایران: محل رویش این گیاه در آذربایجان، نواحی شمالی‌ایران وبلوچستان است.

ترکیبات و اثر: تاجریزی پیچ حاوی آلکالوئید سولانین (Solanin)، ساپونین و مواد تلخ‌است. دارای‌خاصیت مخدر(به‌خاطر وجود سولانین) است. از عصاره الکلی این گیاه در معالجه تبخال استفاده می‌شود. اثر ملایم مدر، بادشکن وملین نیز دارد.

مصرف: از جوشانده بین ۸ـ۳۰ گرم پودر گیاه در یك لیتر آب برای مصرف سه مرتبه در روز برای مصرف داخلی استفاده می‌شود. جوشانده ۱۰۰ـ۲۰۰ گرم جوانه و برگهای تازه در یك لیترآب به منظور تهیه لوسیون‌جهت استعمال‌خارجی (اگزما‌ـخارش و تبخال) مصرف می‌شود.

مصرف بیش از حدآن (به‌علت وجود آلکالوئیدهای سمی) سبب‌فلج دستگاه‌اعصاب مرکزی می‌شود. بنابراین مصرف خانگی آن توصیه نمی‌شود.

تمبرهندی (TAMARIND)

(Tamarindus indica., Leguminose), Tamarind tree.

زیستگاه و گرد آوری : گیاه بومی مصر است ونهال آن‌را از آنجا بـه هنـدوستان و آفریقای شمالی وبرزیل برده‌اند وامروزه در غالب نواحی گرم پرورش داده می‌شود. برای به دست آوردن قسمت گوشتدار میوه، معمولا پوسته میوه را می‌شکنند ومحتویات درون آن راکه شامل شیرهٔ میوه ودانه است خارج می‌کنند وسپس می‌خشکانند.

ایران: این گیاه در بلوچستان می‌روید.

ترکیبات و اثر: میان بر گوشتدار تمبر هندی دارای مقادیری ازاسیدهای سیتریك و مـالیك و تارتـارات پتاسیم است. همچنین مقداری گلوکز، پکتین ویك ترکیب با اثـر مسهلی دارد.

مصرف: دارویی‌است‌ملین که به‌شکل دم کرده به‌نسبت ۲۰ـ۵۰ درهزار(۲۰ـ۵۰ گرم‌میوه آن را در یك لیتر آب دم می‌کنند) به‌کار می‌رود. همچنین ازتیزان ۳۰ درهزارمیوه آن‌استفاده می‌شود.



شرح: درختی است مرتفع و زیبا کـه پوست تنه‌آن ضخیم وبه‌رنگ قهوه‌ای‌است و بر روی آن شیارهای مشخصی دیده می‌شود. برگهایی متناوب و مرکب از ۱۰ـ ۱۵ زوج برگچه کامل وبی‌کرك دارد. گلهای آن نسبتاً بزرگ، به‌رنگ زرد مایل به سبز یا مایل به سفیدومجتمع به‌شکل خوشه‌های آویخته‌است. میوه‌آن نیام، ناشکوفا باغلافی به طول ۵ـ ۱۲ سانتی متر است وداخل آن ۳ تا ۵ دانه مسطح، شفاف وقهوه‌ای رنگ‌دیده می‌شود.

قسمت مورد استفاده: میان بـرگوشتدار میوه.

ترنجبین (MANNE OF HEDYZARUM)

(Alhagi camelorum., Papilionaceae), Manne de Perse.

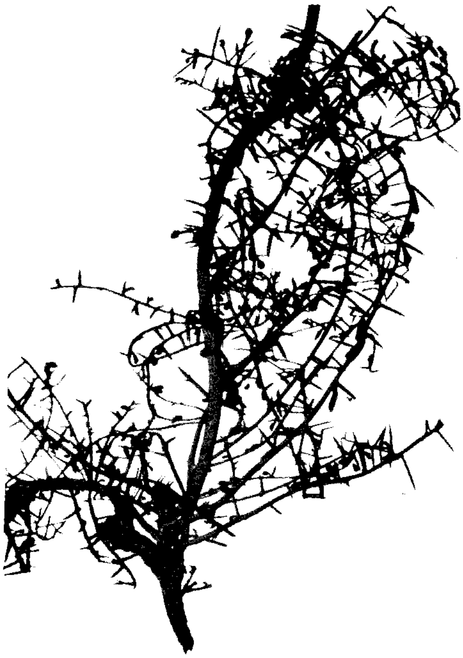
شرح: گیاهی پرشاخه، دارای ساقه‌های خاردار و برگهای ساده و کوچك است. از اختصاصات آن این است که میوه‌ای بندبند با ظاهرمنظم دارد. این گیاه که به نام خارشتر معروف است گیاهی است دایمی به‌بلندی ۲۰ ـ ۵۰ سانتی متر که دارای ساقه‌های خاردار سخت و از پایین دارای شاخه است. گلهای کوچك وقرمزرنگی دارد.

قسمت مورد استفاده: ازمان آن که یك مادهٔ قندی است برای مصارف دارویی استفاده می‌شود.

زیستگاه و گردآوری: اصولا این گیاه بومی ایران است ونکتهٔ قابل توجه این است که باوجودی که این گیاه درتمام ایران یافت می‌شود معذالك درهمه‌جا ترنجبین تولید نمی‌کند. طرز تهیهٔ آن بدین شکل است که در اواخر تابستان گیاهان خشك‌شده راجمع‌آوری کرده، بر روی پارچه می‌گسترانند و تکان می‌دهند تا ترشحات خشك شدهٔ گیاه به شکل قطعات بسیار کوچك به‌دست آید.

ایران: ترنجبین بازار دارویی ایران از خراسان (دامغان، شیروان، بجنورد)، اطراف تبریز، زرند، بوشهر وبلوچستان به‌دست می‌آید.

ترکیبات واثر: از تجزیهٔ شیمیایی این ماده، دانشمندان قدیم قندی به نام مله‌زیتوز (Melezitose) استخراج کرده‌اند ولی طبق تحقیقات انجام شده مادهٔ قندی آن ساکارز است. علاوه براین مقادیری موسیلاژ (۱۵٪) املاح کلسیم، سیلیسیم، گوگرد، منیزیم و آلومینیوم نیزدارد.



مصرف: ترنجبین دارای خواص ملین، نرم‌کننده سینه ویك داروی خلط‌آور است. برای این منظور ترنجبین را به‌مقدار ۱۰ـ۷۵ گرم و گاهی نیز بیشتر برای شیرین کردن داروها مصرف می‌کنند. طرز مصرف آن بدین شکل است که آن را درآب جوش می‌ریزند وبه‌هم می‌زنند تادانه‌های آن ذوب شود وپس ازصاف‌کردن محلول آن را صبح ناشتا می‌نوشند.

خاکشی، خاکشیر

(LONDON ROCKET SEEDS)

(Descurainia Sophia., Cruciferae), Sofia.



شرح: خاکشیردانهٔ گیاهی‌است به‌ارتفاع ۱۰۰-۲۰ سانتیمتر که برگهایی با بریدگیهای ساده و گلهایی به‌رنگ زرد روشن دارد. دانهٔ خاکشیرمعمولی رنگ زرد مایل به‌سرخ‌دارد وریزاست ولی‌دربازارتجارت نوعی خاکشیر درشت به‌نام قدومه شیرازی وجود دارد که دانه‌اش سرخ تند می‌باشد ودراصفهان به نام تودری موسوم است.

قسمت مورداستفاده: دانه.

زیستگاه: این گیاه درغالب نواحی‌ایران مخصوصاً مناطق شمالی، در رشته جبال البرز پراکنده است.

مصرف: در طب ایرانی دانهٔ خاکشیر به عنوان خنکی و همچنین ملین، مقوی معده، برطرف کننده ترشحات زنانگی(leucorrne) ونیزاشتهاآورمصرف می‌شود. برای‌این‌موارد مقدار۱۰ تا ۱۵ گرم دانهٔ آن را درآب‌می‌خیسانند و صبح ناشتا همراه با کمی شکر می‌خورند واین عمل‌رابرای چند روزمتوالی ادامه می‌دهند.

موسیلاژ سرکه خاکشیر اگر به‌مقدارکم مصرف شود روی جدار روده قشری ایجاد می‌کندکه باعث آرام کردن حرکات دودی این عضو می‌شود وخاصیت ضد اسهالی‌دارد ولی اگر موسیلاژ گرم به مقدارزیاد مصرف شود به علت تورم تمام سطح روده را می‌پوشاند و لذا مواد زایدی راکه در روده جمع‌شده به‌طرف‌جلومی‌راندوخاصیت مسهلی ظاهرمی‌کند.

درخت گز

FRENCH TAMARISK

(Tamarix gallica, Tamariaceae).



شرح: درختچه‌ای زیبا با برگهای باریك، نوك تیز وفشرده است. ارتفاع آن بین ۱/۵–۲ متر یا بیشتر است. گلهای کوچك وبهم فشرده آن که به رنگ سرخ است به شکل مجتمع و سنبله‌های دراز بر روی شاخه‌های باریك و کوتاه آن ظاهر می‌شود. دارای میوه‌ای پوشینه و بیضوی است.

قسمت مورد استفاده: پوست.

زیستگاه وکشت: درخت گـز بیشتر در شوره‌زارهـا، کنار آب رودخانه‌ها وحاشیه کویرها می‌روید. پراکندگـی آن بیشتر در منطقه مدیترانه، جنوب‌فرانسه والجزایراست.

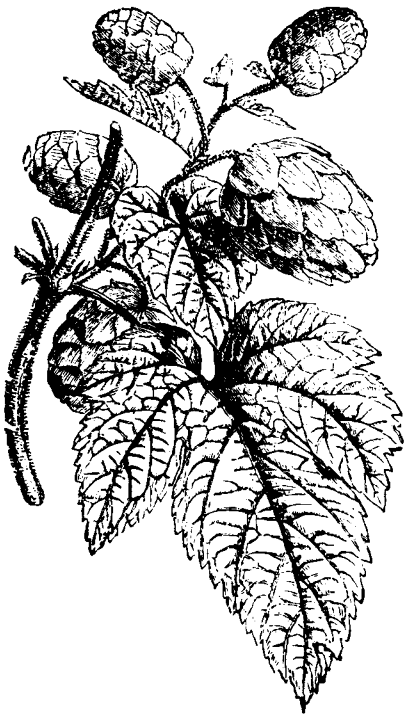
ایران: این گیاه در نقـاط مختلف نظیر آذربایجان، لرستان، اصفهان، قزوین، کرج و بین کرمان ویزد می‌روید.

ترکیبات و اثر: پوست این گیـاه دارای اسیدگالیك و برگ آن حاوی مـاده‌ای بنام اسکولین (Aesculin) است. به علت وجود تانن زیاد (digallic acid) در این گیاه از پوست‌آن برای جلوگیری از خونریزیهـای سطحی بـدن، سوختگیها و عـوارض جلدی استفـاده می‌شود. همچنیـن دارای اثـر مدر، اشتها آور ومقوی‌است. اسکولین اشعه ماوراه بنفش (u.v) را جـذب مـی‌کند و لـذا در فرمولاسیون کرمهـای محافظ پوست مصرف می‌شود. از این گیاه در اثر گـزش حشرات مواد شیرین به‌نام مان (Manne) به‌بیرون تراوش می‌شودکه حـاوی قندهای مختلف و الکلهای پلی‌مرف مشابه مانیت است.

مصرف: از خـاکستر این گیاه در درمـان زخمها و سوختگیهای سطحی و نیز جوشانده ۱۵–۳۰ درهزارآن‌در آب و گردآن به‌مقدار ۲–۴ گرم در یك جوشانده استفاده می‌شود.

HOP
(Humulus lupulus, Cannabinaceae), Hop-Vine.

رازك



شرح: گیاهی است دو پایه، علفی و بالا-رونده که اعضای آن از تارهای خشن پوشیده است. دارای برگهای متقابل، دندانه‌دار با ۳-۵ لوب نامساوی است. در پایه نر آن گلها به‌شکل خوشه‌های خاص و در پایه ماده گلها به حالت مجتمع شبیه مخروطهای تقریبا کروی ظاهر می‌شود. میوه رازك فندقه‌ای است که در سطح و قاعده آن تارهای ترشحی زیادی وجود دارد.

قسمت مورد استفاده: مجموعه گلهای ماده (Houblon Cone) به شکل میوه زیر کاج به‌رنگ سبز کم‌رنگ.

زیستگاه و جمع‌آوری: رازك بحالت خودرو در جنگلها و مناطق پوشیده از درختچه‌ها و انبوه بوته‌ها می‌روید. مخروطهای ماده آنرا درمرداد تا شهریور ماه به‌تناسب واریته مورد کشت (زودرس یا دیر رس) و نیز مشخصات محل رویش می‌چینند و به‌سرعت آنها را در مجاورت هوای بدون رطوبت خشك می‌کنند.

ایران: این گیاه درمناطق شمالی ایران، بین گرگان و سواحل دریای خزر، بندرگز و برخی نواحی مازندران می‌روید.

ترکیبات و اثر: تارهای موجود درقاعده و سطح میوه رازك حاوی آلکالوئیدی به‌نام لوپولین (lupulin) است. علاوه براین مخروطهای ماده رازك دارای تاننی به‌نام اسید هموتانیك، مواد پکتینی، روغن فرار ومقدار زیادی موادازت‌دار می‌باشد. دارای خواص ادرارآور، آرام‌بخش و ضد تشنج است و نیز برای تسکین دردهای عادات ماهانه زنان مؤثر است.

مصرف: تیزان ۱۰-۱۵ درهزار مخروط ماده رازك به مقدار یك فنجان قبل از غذا و نیز دم‌کرده ۱۵-۲۰ در هزار آنرا بعنوان مقوی مصرف می‌کنند. همچنین مقدار ۰/۵ گرم گرد لوپولین اثر آرام‌بخش دارد. ضماد حاوی این گیاه برای تسکین دردهای عصبی وخارش و ورم بکار می‌رود.

روبارب

(RHUBARB)

(Rheum officinale., Polygonaceae)

ریوندچینی

شرح: ریوند چینی گیاهی است بارشد زیادکه ارتفاع آن به ۲ ـ ۲/۵ متر می‌رسد وریزومی ضخیم و متورم درداخل خاك دارد. برگهای آن بسیار بزرگ است وظاهری پنجه‌ای، موجدار کامل ویا منقسم به لوبهای دندانه‌ای دارد. ساقهٔ مولد گل آن که ازدرون برگهای انبوه خارج می‌شود، در انتها به مجموعه فراوانی‌از گل آذین‌های خوشه‌مانند ختم می‌شود. رنگ گلهای آن سبزمایل به زرد یامایل به‌سرخ است.

قسمت مورد استفاده: قطعات ریزوم خشك شده گیاه (دراثرحرارت یا آفتاب)

زیستگاه و گردآوری: این گیاه در ارتفاعات چین و تبت ویا در هیمالیا وشمال هند می‌روید. تکثیر آن از طریق دانه ونیز به‌وسیلهٔ قطعات جوانه‌دار گیاه مسن انجام می‌گیرد، غده‌های زیرزمینی این گیاه را معمولا در شهریورماه گردآوری می کنند وپس از تقسیم به‌قطعات کوچك درمجاورت هوا می‌خشکانند. این قطعات به‌اشکال نامنظم، مسطح یا کمی مقعر، استوانه‌ای شکل یا گرد در بازرگانی عرضه می‌شود وطعم آن تلخ‌وقابض است.

ایران: این گیاه در ایران نمی‌روید و ریوند چینی، نام قطعات ریزوم این گیاه در بازارهای ایران است.

ترکیبات واثر: ریوند چینی دارای تانوییدهایی ازجمله کاتشین (Catechine) و نیز مشتقات آنتراکینون نظیر امودین



Emodine است . این گیاه با مقادیر کم (۱۰۰ ـ ۳۰۰ میلیگرم) اثر مقوی تلخ ، اشتهاآوروحرك اعمال هضم دارد ولی‌مقادیر زیادتر ودرمانی آن اثر ملین و مسهلی ملایم دارد .

مصرف: ازتیزان این گیاه (۵تا ۱۰ گرم ازریزوم گیاه را دریك لیتر آب بخیسانید) و نیز گردآن (به مقدار۱۰۰ـ۳۰۰ میلی گرم) به‌عنوان مقوی واشتهاآور و با مقادیر بیشتر (۰/۵ـ۵ گرم گرد) یاتنطورآن (۵ـ۱۵ گرم دریك پوسیون یا شربت) به عنوان ملین و مسهل استفاده می‌شود. برای این منظور درمانی مقدار مصرف آن برای کودکان ۰/۲ گرم به‌ازای هرسال سن‌است.

روناس

MADDER

(Rubia tinctorum, Rubiaceae), Krapp.



شرح: گیاهی علفی، پایا به ارتفاع بین یك تا ۱/۵ متر است که دارای ساقه چهار گوش وپوشیده از خارهای کوچك و قلاب شکلی است که با آن به تکیه‌گاهها متصل می‌شود. این خارها همچنین درکناره‌های برگ و رگبرگ میانی دیده می‌شوند. برگ‌های آن بیضوی دراز و نوك تیز است و با آنکه به‌ظاهر مجتمع به تعداد ۶تایی درطول ساقه دیده می‌شود معهذا بیش از دو عدد آنها برگ نیست و بقیه استیپولهایی با ظاهر برگ مانند می‌باشد. گلهای آن کوچك، زرد رنگ و مجتمع به صورت چترهای متعدد در محور ساقه و یا در قسمتهای انتهایی آن است. میوه‌ای به‌شکل سته، گوشتدار و به‌رنگ قرمز تیره دارد.

قسمت مورد استفاده: ریزوم و ریشه.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه به حالت وحشی درمنطقه مدیترانه، از اسپانیا تاخاورمیانه و نیز درشمال آفریقا وبرخی نواحی آسیا می‌روید.

ایران: نواحی‌غربی‌ایران، اراك،اطراف دماوند، تبریز، خوی و ارومیه.

ترکیبات و اثر: ریشه روناس ضخیم حاوی مشتقی ازآنتراکینون بنام آلیزارین (Alizarin) است و بهمین‌جهت خاصیت‌ملین و مسهلی دارد. یکی از اثرهای بسیار جالب این گیاه خاصیت انحلال سنگهای مجاری ادراری است بدین‌ترتیب که نمکهای منیزیم، آلومینیوم، سدیم و آمونیم را حل‌کرده و سنگ را برای خروج آماده می‌کند، همچنین به‌علت داشتن‌مقادیری تانن خاصیت قابض‌نیز دارد.

مصرف: از جوشانده ۱۵ــ۳۰ در هزار ریشه نیمکوب، گرد ریشه به‌مقدار ۱ــ۴ گرم درروز به‌شکل محلول ونیز عصاره‌آبی‌آن به مقدار ۰/۳ تا یك‌گرم استفاده می‌شود.

زرشك (BARBERRY)

(Berberis vulgaris., Berberidaceae), Pipperidge.



شرح: درختچه‌ای خاردار به‌ارتفاع ۱ـ ۳ متر ودارای شاخه‌های شکننده است. شاخه‌های کوتاه یاجوان آن دارای برگهایی به‌وضع متناوب یاتقریباً فراهم است. کناره برگ آن دندانه‌هایی منتهی به‌خارهای ریزونازك دارد. گل آن که دراردیبهشت وخرداد ظاهرمی‌شود، به‌رنگ زرد زیبا ومجتمع به‌شکل خوشه‌های آویخته است. میوهٔ آن کوچك، قرمزرنگ و بیضوی است ومزه‌ای ترش (ملایم) دارد.

قسمت مورد استفاده: از تمام قسمتهای این گیاه (پوست ، ریشه ، ساقه و میوه) برای درمان استفاده‌می‌شود. پوست ساقه را درسایه می‌خشکانند.

زیستگاه: این درختچه در جنگلهای اروپا وآسیا یافت می‌شود.

ایران: زرشك در نواحی شمالی ایران، آذربایجان، ارتفاعات البرز، رودبار، جنگل کندوان، مازندران، خراسان و بسیاری دیگر از نواحی ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: برگ ، چوب و پوست این گیاه دارای آلکالوییدی به نام بربرین (Berberine) است ولی مقدارآن درپوست بیشتراست (۱/۷ در صد) ، علاوه براین در جوانه‌ها وریشه‌آن مقداری قند، مواد رزینی موسیلاژی وپکتینی وجود دارد.

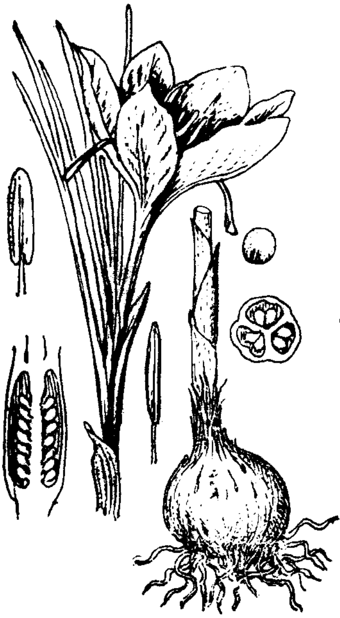
مصرف: ریشه و پوست ساقهٔ این گیاه از داروهای تلخ بشمارمی‌آید ودارای‌اثرمقوی، صفرابر ومسهل است. از پوست ثانوی ریشه وساقهٔ زرشك که ازنظر درمانی باارزش‌است در خونرویهایی که در فواصل قاعدگی رخ می‌دهد استفاده می‌شود.

میوهٔ زرشك‌دارای‌مقادیرزیادی‌ویتامینC است که ازلیمو ترش بیشتراست وبه‌همین‌جهت در درمان بیماری آسکوربوت ازآن استفاده می‌شود. یکی ازمهمترین خواص‌آن خاصیت انقباض عروق بخصوص عروق رحمی است. امروزه از زرشك بـرای معالجه ناراحتیهای کبد وگرفتگیهای صفراوی استفاده می‌شود و بنابراین برای کسانی کـه از دردکیسه صفرا بشدت رنج می‌برند یکی از بـا ارزش‌ترین داروهاست. معمولا برای این مصارف از دم‌کرده زرشك استفـاده می‌شود. میزان مصرف گردساقه‌آن $\frac{1}{4}$ قاشق مرباخوری چندین باردر روزاست.

SAFFRON

زعفران

(Crocus sativus, Iridaceae), True-Saffron.



شرح: زعفران گیاهی است کوچك به ارتفاع ۱۰ـ۳۰ سانتیمتر با پیازی سخت و مدورکه از فلسهای نازك و قهوه‌ای رنگ تشکیل شده است. از پیاز ۶ـ۷ برگ سبز تیره و راست منشأ می گیرد. گلهای آن منظم، نر وماده و به‌تعداد ۲ـ۳ عدد در انتهای ساقه است. جام گل لوله‌ای است و ازشش قسمت تشکیل شده است. قسمت خارجی از سه کاسبرگ وداخلی از سه‌کاسبرگ به رنگهای بنفش یا ارغوانی است. دستگاه نر از سه پرچم‌که درمقابل‌هر گلبرگ تشکیل‌شده‌است. مادگی از یك‌تخمدان سه‌خانه‌ای باکلاله سه خانه‌ای به رنگ قرمز نارنجی است.

قسمت مورد استفاده: کلاله‌های گل گیاه که زعفران‌نامیده می‌شود. برای تهیه یك گرم زعفران به‌کلاله وخامه ۱۵۰ گل نیاز است.

زیستگاه وگردآوری: امروزه با توجه به توسعه پرورش زعفران، این گیاه درنواحی مختلف یافت می‌شود. کشت آن در اواسط تیرماه انجام می گردد ولی گلها در اواخر مهرماه سال‌بعد ظاهرمی‌شود. محصول معمولاً پیش ازطلوع آفتاب جمع آوری می‌شودزیرا گلها شبها باز بوده و گرمای آفتاب آنها را بسته نگه می‌دارد. اصول کشت و برداشت زعفران دراسپانیا، فرانسه، ایران وسایرنقاط با جزیی تفاوت یکسان است.

ایران: این گیاه دربعضی نواحی ایران به‌ویژه خراسان و نیز یزد،کرمان، کردستان، گیلان ومازندران‌کاشته می‌شود.

ترکیبات و اثر: زعفران حاوی رنگی شبیه کاروتنوئیدها به نام پروتوکروسین (Protocrocine)است‌که‌در اثر اکسیداسیون به‌ماده رنگی‌زعفران(Crocine) وهتروزیدی تلخ (Picrocrocine) تبدیل می‌شود به آن خاصیت تقویت کننده قلب و مقوی معده (به خاطرداشتن موادتلخ) نسبت می‌دهند. همچنین برای‌آن یك اثر قاعده‌آور قائلند. دم کرده آنرا بعنوان‌تونیك وضدتشنج مصرف‌می‌کنند.

مصرف: دم‌کرده ۰/۵ـ۲ گرم در لیتر زعفران و یا گردآن به‌مقدار۰/۲ گرم مصرف می‌شود.

سنا

سنای هندی

(SENNA)

(Cassia angustifolia., Caesalpineae).

شرح: سنا گیاهی‌است با برگهای مرکب از ۵ـ۷ زوج برگچه باریك، دراز ونوك تیز که معمولاطول برگچه‌های آن درناحیهٔ قاعده برگ کوچکتر است. طول این برگچه‌ها به‌طورمتوسط ۳ـ۵ سانتی‌متر است. گلهایی زرد رنگ ومیوه‌ای باظاهری بدون انحنا به طول ۵ـ۶ سانتی متروغلافی شبیه‌کلیه‌دارد.

قسمت مورد استفاده: از برگچه ومیوهٔ این گیاه برای مصارف درمانی استفاده می‌شود.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه به‌حالت خودرو به‌مقدارزیاد در آفریقا مانند ناحیه سودان و صحرا، آسیای صغیر، عربستان و سواحل سومالی تا موزامبیك می‌روید، برگهای آن را بین خرداد تا آذر پیش از باز شدن میوه آن جمع آوری کرده ودرآفتاب می‌خشکانند.

ایران: سنا در نواحی جنوب ایران، بلوچستان واطراف بندرعباس می‌روید.

ترکیبات و اثر: دربین گونه‌های مختلف سناسه گونه درداروسازی موردتوجه می باشد که عبارتند از.

1- Cassia angustifolia (سنای مکی)
2- Cassia acutifolia (سنای‌اسکندریه)
3- Cassia obovata (سنای سودان)

برگچه‌های‌سناوهمچنین میوهٔ‌آن خاصیت مسهلی دارند وموجب دل بهم خوردگی‌نمی‌شوند. مادهٔ مؤثره این گیاه یك آنتراسن



گلیلوزیدی به‌نام‌امودین (Emodin)، ریین (Rhein) و سنوزید «آ» و«ب» (A وB Senosid) است. مهمترین خواص این‌گیاه خاصیت مسهلی ـ ملین آن است و مزیت آن دراین است‌که ایجاد سرگیجه و تهوع در شخص نمی‌کند ولی باید درنظر داشت‌که مصرف این دارو توسط زنان شیرده مجاز نیست زیرا ترکیبات آن وارد شیر می‌شود و کودك شیر خوار را نیزدچار اسهال می کند. این دارو دربسیاری از فرآورده‌های دارویی که برای رفع یبوست تهیه می گردد وجود دارد.

مصرف: ازدم‌کرده برگچه سنا به‌مقدار ۱۰ـ۱۵ گرم در ۲۵۰ میلی‌لیتر آب به‌عنوان مسهل و۵ گرم از آن در همین مقدار آب به عنوان ملین برای اشخاص بالغ استفاده می‌شود.

سیاهدانه

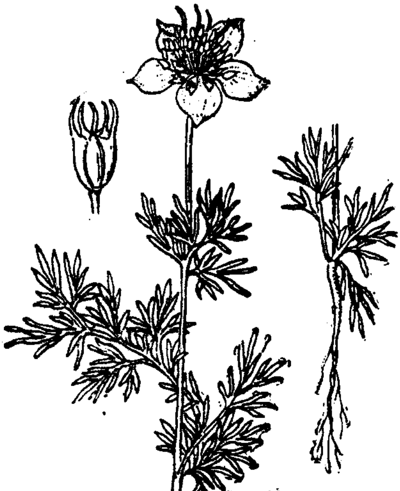
سیاه تخمه، شونیز

(BLACK CUMIN)

(Nigellia sativa., Ranunculaceae), Coriander of Rome, Garden fennel flower.



۱



۲

شرح: سیاه دانه گیاهی است پوشیده‌از کرکهای ظریف یا کاملا بی‌کرک که دارای برگهایی منقسم به‌تقسیمات باریک‌ونخی‌شکل و گلهای منفرد به رنگ سفید شیری با کنارهٔ مایل به‌رنگ‌سبز یا مایل به‌آبی است. دانهٔ این گیاه تیره رنگ، سه گوش ودارای بوی مخصوص است، له شده‌آن بویی شبیه بوی زیره دارد. زمان گل دادن‌آن آخر اردیبهشت تا تیرماه است.

قسمت مورد استفاده: دانه .

زیستگاه : این گیاه درنواحی مختلف جنوب اروپا وبعضی نقاط آسیا می‌روید.

ایران: سیاه‌دانه درداراك می‌روید و در اصفهان و نواحی مختلف ایران نیز پرورش می‌یابد .

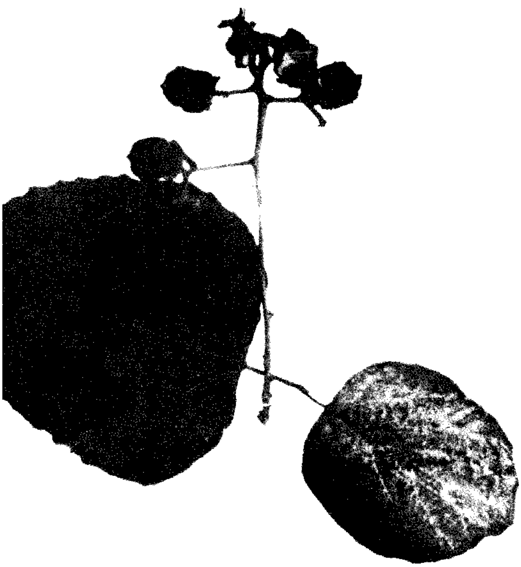
ترکیبات واثر: این گیاه حاوی چهار آلکالوییدمهم به‌نام دکلونیدین(Declonidin) کانسولیدین (Consolidin) ، دلکوسین (Delcosin) ، دلکونین (Delconin) است. علاوه براین مقداری اسانس‌فرارونیز روغن، مواد صمغی و قندهای مختلف دارد. دانهٔ آن دارای اثرات بادشکن ، مدر، زیادکننده شیر وتسریع کننده قاعدگی است. آلکالوییدهای نام برده در بالا به مقدار زیاد برای معالجه ورم معده و ورم کبد وکمبود شیره‌معده‌مصرف می‌شود (برای کسانی که معدهٔ آنها کم ترشح می‌کند چون دارای اثر تحریکی روی جدار معده است تجویزمی‌شود). دردامپزشکی برای افزایش‌شیر گاو مصرف می‌شود.

مصرف: ازپودر یا دانهٔ خیسانده آن استفاده می‌شود ولی نباید آن را دم کرد زیرا اسانس آن از بین می‌رود. برای استفاده از خاصیت ضد آسم این گیاه از جوشاندهٔ دانهٔ آن استفاده می‌شود.

سه پستان

(CORDYA)

(Cordya myxa., Boraginaceae), Assyrian Plum



شرح: سه پستان میوهٔ درختی است از تیرهٔ گاوزبان. برگهای آن بدون کرک، بیضوی (گاهی دارای نوك باریك)، منتهی به دمبرك درازو گلهای آن دارای جام قیفی شکل و مجتمع به‌شکل گرزن فاصله داراست.میوه‌اش شفت، به بزرگی یك گیلاس و میان‌بر چسبنده‌ای به رنگ زرد دارد که پس از رسیدن کامل است، این میوه پس از خشك شدن خاکستری سیاه‌رنگ می گردد ومزهٔ آن شیرین ولعاب‌داراست.

قسمت مورد استفاده: ازپوست، برگ ومیوه‌آن استفاده می‌شود.

زیستگاه: این گیاه در مصر و آفریقا کشت داده می‌شود.

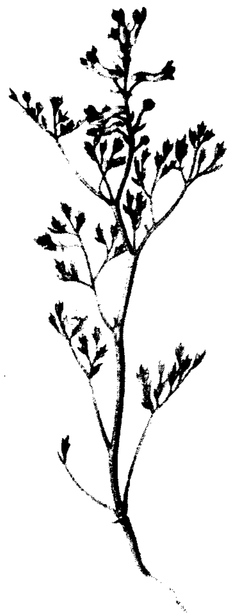
ایران: در نواحی جنوبی ایران از جمله بندرچاه بهار، به ویژه سواحل خلیج فارس،جزیره‌خارك ونواحی‌مختلف بلوچستان پراکندگی دارد.

مصرف: میوهٔ سه‌پستان را به شکل دم‌کرده (۵–۳۰ دانه) برای نرم کردن سینه و گرفتگی صدا تنها یا مخلوط بامیوه ودانه‌های لعابدار دیگرمصرف می کنند.

شاهتره

(FUMITORY)

(*Fumaria officinalis, Fumariaceae*). Earth smoke



شرح : گیاهی است یك ساله،علفی که ارتفاع آن بین ۲۰-۸۰ سانتی‌متر است. این گیاه ریشه‌ای دراز وسفیدرنگ وساقهٔ کوچك وزاویه‌دار به‌وضع نسبتاً خوابیده برروی زمین دارد. شاخه‌های متعدد آن برگهایی منقسم به تقسیمات باریك وفراوان (بریدگی) به‌رنگ سبزآبی (مات) دارد. گلهای آن کوچك، به رنگ گلی یا سفید مایل به سرخ یا خالهایی به‌رنگ ارغوانی ومجتمع به‌شکل خوشه‌است. میوه‌اش کوچك، کروی ومحتوی یك دانه‌است. زمان گل دادن آن ازاواسط اردیبهشت تا پاییز وحتی دیرتراست.

قسمت مورداستفاده: ازکلیه قسمتهای گیاه مخصوصاً اندامهای هوایی(سرشاخه‌های گلدار) به حالت خشك یا تازه استفاده می‌شود.

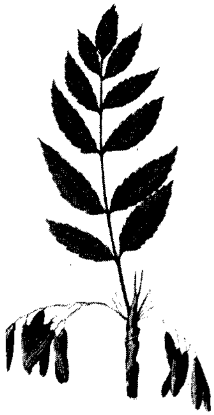
زیستگاه درایران : این گیاه‌درمزارع، باغها،اماکن سایه‌دار ویا درگودالها به‌حالت خودرومی‌روید. این گیاه در منطقه وسیعی از ایران به ویژه نواحی مختلف البرز ، گیلان، اطراف تهران،کرمانشاه وبعضی از نواحی خوزستان می‌روید.

ترکیبات واثر: اعضاء مختلف این گیاه دارای آلکالوییدی به نام فومارین (Fumarine) ویك اسید آلی به نام اسید فوماریك (Fumaric acid) و نیز موادی نظیر املاح معدنی مختلف مانند نیترات‌سدیم وپتاسیم وکلرورکلسیم است. ازشاهتره درطب سنتی به مقدار زیاد به عنوان ضد بیماری آسکوربوت ، اشتها آور، مدر و صفرا آور استفاده می‌شود. یکی از موارد مهم استعمال این گیاه در معالجه بیماریهای پوستی است و در پزشکی سنتی در مواقع قطع قاعدگی خانمهایی که هنوز به سن یائسگی نرسیده‌اند مصرف می‌شود.

مصرف: ازدم‌کرده یا جوشانده۲۰-۲۵ در هزار گیاه تازه یا ۵۰-۶۰ در هزار گیاه خشك به مقدار یك فنجان قبل از هر غذا به عنوان مقوی وتصفیه‌کنندهٔخون فقط به مدت ۸ روز (درپایان این مدت پس از گذشت ده روز مجدداً تکرار شود) مصرف می‌شود. در استعمال‌خارج برای معالجه بیماریهای‌پوستی جوشانده ۶۰ در هزار یا قویتر آن به کار می‌رود.

شیرخشت (PURGATIVE MANNA)

(Fraxinus ornus., Oleaceae), Manna ash, Flowering ash.



شرح : درختی است که ۵-۶متر طول دارد. دارای ریشه راست به رنگ خاکستری مایل به قرمزاست. برگهای این گیاه به‌رنگ سبز روشن، متقابل و مرکب از ۵-۹ برگچه نوك‌تیز، دندانه‌داراست. گلهایی به‌رنگ‌سفید، مجتمع‌درانتهای‌شاخه‌هادارد. میوه‌اش‌باریك، دراز و منتهی به یك زبانه کوچك و نازك است. شکل ظاهری شیرخشت به صورت‌دانه کوچکی شبیه دانه نخود است که‌به علت چسبندگی به‌هم می‌چسبند . شیره این گیاه در ابتدا که خارج می‌شود سفید رنگ است و سپس درمجاورت هوا سفید مایل به زرد یا سفید مایل به قهوه‌ای می‌شود .

قسمت مورد استفاده: شیره حاصل از ایجاد شکاف درتنه درخت .

زیستگاه و گردآوری: این گیاه به حالت وحشی درجنوب ایتالیاوجزایراطراف آن، مخصوصاً کالابرو سیسیل می‌روید . در پرورش این‌گیاه باید این‌نکته راکاملارعایت کرد که فاصلهٔ پایه‌های جوان‌ازیکدیگر، معادل دومتر ازکلیه جهات باشد. نحوهٔ گردآوری آن بدین شکل است‌که در فاصلهٔ ماههای تیر ومرداد نخستین شکاف عرضی عمیق را تاحد چوب در قاعدهٔ تنه هریك ازدرختان ایجاد می‌کنند وسپس‌مرتباًدرهرروزشکافهای‌مجددی درفاصله پنج سانتی‌متری بالای شکاف قبلی می‌دهند و این عمل را مرتباً تا آخر تابستان ادامه می‌دهند. درسال بعد مجدداً شکافهایی درتنه درخت به وضع قائم به‌وجودمی‌آورند. پس از ایجاد شکاف موادی به خارج ترشح می‌گرددکه نادرترین ومرغوب‌ترین نوع‌مان درتجارت است وآن را درسایه ودرحرارت کمتراز ۴۰ درجه خشك می‌کنند.

ایران: این‌گیاه در ایران نیست ولی به‌علت ظاهر زیبا وگلهای سفید ومجتمعی‌که دارد دربعضی باغها پرورش می‌یابد .

ترکیبات و اثر: شیرخشت بین ۴۰-۶۰ درصد مانیت، ۱۰-۶۰ درصد مانیوتتروز (maneotetrose) و ۱۵ – ۱۶ درصد مانیوتریوز (maneo – triose) و ۲/۲ درصد گلوکز دارد. بـه راحتی دردهان ذوب می‌شود وایجاد برودتی می‌کند که از تشنگی می‌کاهد.

مصرف: براثر خاصیت اسموز درروده آب جذب می‌کند وخاصیت ملین دارو واین خاصیت بویژه برای کودکان بسیار مؤثر است. به‌عنوان صفراآور ومسکن سرفه ونرم کننده‌سینه مورد استفاده قرارمی‌گیرد؟ مان‌در فرمول بعضی شربتها وارد می‌شود، مقدار مصرف آن برای بزرگسالان ۶۰ گرم، برای کودکان‌تاسه‌سالگی ۵–۱۵ گرم‌وبرای کودکان ۳ تا ۵ ساله ۱۰–۲۰ گرم است که معمولاً آن را درشیرگرم‌یاآب‌گرم‌حل کرده ومصرف می‌کنند .

عروسك پشت پرده

ALKEKENGY

(Physalis alkekengi, Solanaceae), Winter-Cherry.

کاکنج، عشق درقفس



زیستگاه و گردآوری: عروسك پشت پرده به‌حالت خودرو درغالب نواحی اروپا مانند فرانسه، آلمان، ایتالیا و بعضی نقاط آسیامانند ژاپن و نیز درآمریکای‌شمالی‌می‌روید. تکثیر آن از طریق دانه در تابستان یا پاییز انجام می گیرد.

ایران: در نقاط مختلف ایران از جمله اطراف‌تهران،اصفهان، آذربایجان، بروجرد، نواحی شمالی نظیر لاهیجان، آستارا، هشتپر و نوشهر می‌روید.

ترکیبات و اثر: میوه این گیاه دارای مقدار زیادی اسید آسکوربیك (Vitamin C) است بطوریکه میزان آن دوبرابر مقدار ویتامین ث لیموترش است. به همین جهت به‌عنوان یك ماده ضد بیماری آسکوربوت مصرف می‌شود. همچنین دارای یك ماده تلخ بنام فیزالین (Physaline) و یك ماده رنگی‌بنام‌فیزالی‌ین (Physaliene) خواص ملین و مدر نیز دارد.

مصرف: از میوه‌خام ورسیده، شربت‌میوه یا مربای‌میوه وحتی ترشی‌آن استفاده می‌شود (به‌عنوان ملین و ادرارآور). عصاره الکلی برگ عروسك پشت پرده (مقدار ۸ــ۲۰ گرم میوه دریك تیزان) برای ازبین بردن‌سنگهای مجاری ادراری مصرف می‌شود.

شرح: گیاهی علفی با ساقه راست و زاویه‌دار به ارتفاع ۲۰ــ۶۰ سانتیمتر است. بر روی این‌ساقه برگهای متناوب با دمبرگ دراز، بیضوی، نوك‌تیز و نامنظم به‌رنگ سبز تیره‌قرار دارد. گلهای آن معمولاً به‌شکل‌منفرد بر روی ساقه قرار دارد. مادگی گلهای آن شامل تخمدان‌بیضوی، بدون‌کرك است و پس از رسیدن به میوه‌ای قرمز رنگ شبیه‌گیلاس تبدیل می‌شودکه دورآنرا پرده‌ای قرارگرفته است. این پرده از بهم پیوستن و رشد کامل کاسبرگها بوجودآمده است.

قسمت مورد استفاده: برگ ومیوه.

علف چشمه

WATERCRESSE

(Nasturtium officinale, Cruciferae), *Cresson*

آب تره، بولاغ اوتی



شرح: گیاهی‌است علفی، پایاکه دارای ساقه‌های خوابیده ضخیم وگوشتدار است و ازآنها ریشه‌های کوچك‌وسفید رنگی به‌شکل شبکه خارج می‌شود. برگهای آن متناوب، گوشتدار، مرکب از ۳ـ۹ قطعه نامنظم به‌رنگ سبز تیره و بدون کرك است. درقسمت انتهایی ساقه آن گلهای سفید رنگی به شکل خوشه ظاهرمی‌شودکه‌پس‌ازآمیزش هریك به‌میوه‌ای به شکل خورجین بطول ۲ـ۲/۵ سانتیمتر تبدیل می گردد. دانه‌ای قهوه‌ای رنگ و در دو ردیف در داخل میوه است.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای تازه گیاه.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه‌درآبهای صاف نیمه جاری (جریانهای ملایم آب) و نواحی مردابی می‌روید و در تمام طول تابستان گل دارد. پراکندگی آن به‌شکلی‌است که درهمه نواحی مشابه تا ارتفاعات ۲۰۰۰ متری زندگی‌می کند. آنهایی که‌در ارتفاعات زیاد بسرمی‌برند طعمی‌تلخ دارند ولی‌نمونه‌هایی از آن‌که در اعماق زیاد آب می‌رویند طعم تند خود را از دست می‌دهند. موقع برداشت محصول زمانی است که گیاه دارای گل باشد زیرا در این موقع است که گیاه دارای حداکثر اسانس است.

ایران: این گیاه درجریانهای آب غالب نواحی ایران، راه کرج به‌چالوس، ارتفاعات سیاه‌بیشه، اطراف تهران، گیلان و آذربایجان می‌روید.

ترکیبات واثر: علف چشمه حاوی‌مقدار زیادی‌اسیدآسکوربیك (vitamin C) است و به‌همین جهت دارای اثر ضد آسکوربوت قوی‌است‌بطوری که مصرف‌آن عوارض‌ناشی از فقدان این ویتامین را در مدت کوتاهی برطرف می‌سازد. همچنین یك اسانس فرار بنام فنیل‌اتیل سنه‌ول دراین گیاه وجود دارد. مواد مؤثر این‌گیاه برروی ماهیچه‌های صاف اثر کرده موجب‌انقباض واسپاس‌شدیدمی‌شود. به‌همین‌جهت از تجویز آن برای زنان آبستن باید خودداری شود.

مصرف: علف چشمه به شکل خام و تازه مصرف می‌شود زیرا جوشاندن و یا دم‌کردن آن موجب ازبین رفتن اسانس موجود درآن وکاهش‌اثردرمانی‌می‌شود. ضمناً به‌علت‌پیدایش اثر سمی باید از خشك کردن تدریجی (زرد شدن ساقه و برگ) گیاه اجتناب‌کرد. ازشیره گیاه به‌مقدار ۶۰ـ۱۵۰ گرم درروز مخلوط با جوشانده‌های سرد می‌توان استفاده کرد. همچنین از علف چشمه بحالت خام بخاطر اثر ضد آسکوربوت و اشتها آور مصرف می‌شود.

(JUJUBE)

(Zizyphus vulgaris., Rhamnaceae).

عناب

اونا فدار



شرح: عناب میوه درختچه‌ای است به ارتفاع ۲ـ۸ متر است. برگهای آن زیبا، کوچك، بدون کرك و شفاف، متناوب،دندانه‌دار وشامل ۳ رگبرگ طولی است. گلهایی کوچك بادمگل کوتاه، به‌رنگ سبزمایل به زرد ومجمتع به شکل دسته های کوچك دارد. میوه عناب که دردارو سازی مصرف می‌شود به شکل تخم مرغی و به درشتی زیتون‌می‌باشد ودارای پوست‌سرخ بسیار قشنگی‌است که پس از خشك شدن چین خوردگیهایی پیدا می کند. مزه‌آن لعابی وکمی شیرین است.

قسمت مورد استفاده: دانه

زیستگاه : این گیاه درسواحل‌مدیترانه و درمنطقه وسیعی ازایران تاژاپن می‌روید.

ایران : درنواحی کوهستانی خراسان، گیلان، گرگان، بلوچستان، بندرعباس‌وکرمان می‌روید .

ترکیبات، اثر ومصرف : دانه عناب دارای مقادیر زیادی موسیلاژ، همچنین اسید مالیك، اسید ستیریك و ویتامین «ث» است . مانند میوه‌های دیگرمصرف می‌شود واثرملین دارد ولی باید تازه‌ومتعلق به‌همان سال باشد. مصرف آن‌هیچگونه تحریکی دردستگاه گوارش ایجادنمی‌کند وازاین‌جهت برای اشخاصی که دستگاه گوارش آنهاحساس‌است مناسب است. جوشانده‌آن‌با آب‌یا شیراثرملین دارد.همچنین مصرف ۵ـ۴۰دانهٔ آن به‌شکل‌جوشانده‌همراه با داروهای دیگریا تنها به عنوان نرم‌کننده سینه دربین مردم معمول است.

فلوس

(PURGING CASSIA)

(Cassia fistula., Caesalpineae), Pudding pipetree, Cassia-pulp.



شرح: درختی است خودرو به ارتفاع ۱۰–۱۵ متر که برگهایی بزرگ به طول ۳۰ سانتی‌متر وشامل ۸–۱۶ برگچه به رنگ سبز روشن دارد. گلهای آن به‌رنگ زرد شفاف و مجتمع و به شکل خوشه‌های آویخته است. میوه آن دراز وناشکوفا (فلوس)است. میوه فلوس دارای پوستی سفت ومغزی نرم استو از بندهایی که هریك هسته‌ای درشت، زرد رنگ ومقداری مغز سیاه‌رنگ‌دارد، تشکیل‌شده است. مغزفلوس بویی مخصوص ومزه شیرین ناپسند دارد.

قسمت مورد استفاده: ازمغزمیوه فلوس برای مصارف دارویی استفاده می‌شود.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه زیبا به‌حالت خودرودرمصر، عربستان، هندوستان، آفریقا، جزایرآنتیل، برزیل وایران‌می‌روید. برای به‌دست آوردن مغزفلوس معمولاً شکافی طولی درمیوه‌ایجادمی‌کنندومحتویات‌درون‌آن رااعم ازمغز،دانه ویاجدارهای عرضی خارج می‌سازند. سپس دانه وناخالصی‌های دیگررا ازمغزجدامی‌کنند. مقدارمغزی که بطورخالص ازمیوه تازه‌به‌دست‌می‌آید معادل‌نصف وزن‌آن است.

ایران: فلوس در بلوچستان می‌روید.

ترکیبات واثر: مواد مؤثر فلوس از دسته آنتراسن گلیکوزیدهاست وشامل‌امودین (Emodin)، ریین (Rhein) و آلوامودین (Aloe emodin) است. مهمترین مصرف دارویی آن به‌عنوان ملین ومسهل استوچون مصرف آن ناراحتی و عوارض سوء همراه ندارداز‌این‌جهت‌غالباً برای کودکان‌وسالمندان تجویز می‌شود.

مصرف: از مغز میوه فلوس به مقدار ۴ـ۸ گرم به‌عنوان ملین و ۳۰ـ۶۰ گرم به‌شکل جوشانده به عنوان مسهل مصرف می‌شود. مقدار خوراك‌آن برای‌کودکان برحسب سنین عمرمتفاوت است ولی معمولا برای هردوسال مقدارپنج‌گرم فلوس به‌کار می‌برند. دربعضی ازکتب مقدار خوراك‌کودکان سه‌گرم به‌ازای هرسال سن ذکرشده است.

قدومه

(CORBCILLE)

(Alvssum bracteatum., Cruciferae)



شرح: قدومه گیاهی است کوتاه از تیره شب‌بو (چلیپاییان). میوهٔ آن به شکل خوشه‌های پرپشت و دراز بنظرمی‌رسد وازسی تاصد دانه تشکیل شده است. درشتی این دانه‌ها به اندازهٔ یك نیمه عدس می‌باشد. نارس آن‌سبز است که پس ازرسیدن وخشك شدن به رنگ زرد خرمایی درمی‌آید.

قسمت مورد استفاده: میوه.

زیستگاه: این‌گیاه در نواحی معتدلـه اروپا و آسیا می‌روید.

ایران: قدومه درزمینهای بایر قزوین، تهران، اصفهان وشیرازبه‌حالت خودرویافت می‌شود. قدومهٔ ایران ازدوگیاهٔ مختلف بدست می‌آیدکه عبارت‌است از :

۱ـ قدومه شیرازی

(Erysimum officinalis) کـه گیاهـی علفی‌ودارای برگهایی بابریدگیهای نا منظم و گلهای کوچك وزرد رنگ است . میوهٔ آن در قاعده‌متورم‌است به‌طوری که بتدریج که به رأس میوه می‌رسد نوك تیزمی‌شود. برگ‌وساقه‌آن طعم گس و قابض دارد.

۲ــ قدومه کوهی

(Alyssum bracteatum) کـه دانه‌های آن ریزترولعاب آن فراوان است.

مصرف: قدومه دارویی است لعابـدار که خیس‌کرده یاجوشانده آن‌تنهایا مخلوط با داروهای دیگربرای نرم‌کردن سینه و روده‌ها بکار می‌رود .

کاسنی

(CHICORY)

(Cichorium intybus., Liguliflorae (composeae)),

Common chicory, Succory, wild succory



شرح: گیاهی پایا ، علفی بـه ارتفاع ۰/۵-۱/۵ متراست. ریشه‌ای قـوی و دراز (۰/۵ـ۱ متر) به‌رنگ قهوه‌ای‌دارد. برگهای آن متناوب وپوشیده از تارهـای فراوان در اطراف رگبرگ میانی است. برگهای قاعدهٔ ساقه عموماً دراز ودارای بریدگیهای‌مشخص است ولی درقسمت انتهایـی وطـول ساقه برگها عموماً کوچك است.گلهایی مجتمع به شکل گل آذین کاپیتول‌مرکب ازگلهای‌زبانه‌ای به رنگ آبی زیبا دارد که درفاصله ماههای تیر تا اواخر شهریور و گاهـی دیرتر ظاهر می‌شود. میوهٔ آن فندقه ، چهار سطحی، نسبتاً مسطح ومنتهی به مجموعه‌ای ازفلسهای بسیار کوچك است.

قسمت مورد استفاده: برگ ، ریشه و دانه .

زیستگاه و کشت: کاسنی در زمینهـای نسبتاً مرطوب کناره جاده‌ها ، امـاکن بایر و دامنه‌های کم ارتفاع غالب نواحی اروپا تا سوید ، مناطق غربی و مرکزی آسیا و شمال آفریقا به حالت خودرو ودرآمریکای شمالی به حالت نیمه وحشی می‌روید. برای پرورش آن دانه گیاه را دراوایل اردیبهشت بـرروی خطوطی بـه فـواصل ۲۰-۴۰ سانتی‌متر از یکدیگر می‌کارند. درآفتاب یا باحرارت آن را می‌خشکانند .

ایران : این گیاه در نـواحی مختلف ایران پراکندگـی وسیع داردکـه از جمله می‌توان دامنه‌های‌کم ارتفاع البرز ، اطراف تهران، رضاییه و نواحی مختلف گیلان مانند لاهیجان ورشت، فارس، بلوچستان و نواحی کوهستانی خراسان را نام برد.

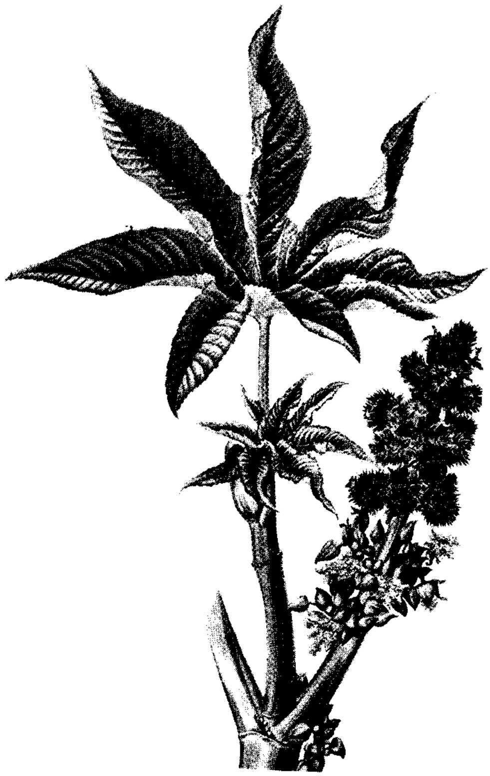
ترکیبات واثر: بـرگ کاسنی دارای گلیکوزید تلخی به‌نام‌سیکورین(Cichorin) و مقداری مـوسیلاژ، پکتین و اسانس است. این‌گیاه درپزشکی سنتی بسیار اهمیت داشته است به طوری‌که ابوعلـی‌سینا رساله‌ای در مورد این گیاه و خـواص آن نوشته است . کلیه قسمتهای‌گیاه مخصوصاً ریشه وبرگ‌آن محرك صفراست وبه هضم کمك می کند. اثر آن در نارساییهای کبدی، قولنجهای کبدی و ناراحتیهای صفراوی بارز است.

مصرف: از دم کرده ۸ـ۱۵ درهـزار برگهای تازه ویا جوشاندهٔ بـرگهای خشك ، دم‌کرده یا جوشانده ۱۵ـ۲۰ در هزار ریشه درپزشکی سنتی استفاده می‌شود. برای‌مصرف کودکان ۵۰۰ گرم قند را درنیم لیترشیره گیاه حل می کنند ومی‌جوشانند تا به غلظت شربت درآید وسپس به‌مقدار۳ـ۴ قاشق صبح ناشتا مصرف می کنند.

کرچك

(CASTOR-OILPLANT)

(Ricinus communis., Euphorbiaceae).



شرح: کرچك گیاهی یك ساله به ارتفاع دومتراست ولی درآب وهوای گرم ومساعد ممکن است به شکل چند ساله و به ارتفاع ۴ـ۶ متردرآید. برگهایی بزرگ، پنجه‌ای شکل ومرکب از ۵-۱۱ لوب عمیق دندانه‌دار بادمبرگ‌دراز دارد. گلهای آن که درفاصلهٔ ماههای مرداد وشهریور ظاهر می‌شود به شکل خوشه مجتمع است و به وضع متقابل با برگهای انتهایی ساقه قراردارد. میوه‌اش به شکل کپسول (پوشینه)، پوشیده از خار ومحتوی سه‌دانه روغن‌دار است.

قسمت مورد استفاده: دانه.

زیستگاه و گردآوری: منشأ اصلی این گیاه حبشه بوده‌است ولی امروزه به‌حدی پراکندگی یافته است که واریته‌های متعددی از آن براثر کشت‌های متوالی، در نواحی مختلف کرهٔ زمین مشاهده می‌شود. دانه واریته‌های شکوفا را پس ازخشك کردن وانواع ناشکوفا را پس از جدا کردن از میوه وخشکاندن، گردآوری کرده ومورد استفاده قرارمی‌دهند. طرزخشك کردن دانه‌ها نیز در کیفیت روغن حاصله تأثیر بسزا دارد.

ایران: این گیاه درنواحی مختلف ایران ازجمله خراسان، جنوب ایران وبلوچستان پرورش داده می‌شود.

ترکیبات و اثر: ۵۰ درصد دانه‌های کرچك راروغن تشکیل می‌دهد. روغن کرچك دارای ریسی نولیین (Ricinoleine) می‌باشد که گلیسیرید اسید ریسینولییك است. اثر ملین ومسهلی دارد ومصرف آن سبب تحریك روده‌ها نمی‌شود ولذا می‌توان آنرا مناسب‌ترین مسهل برای دوران آبستنی دانست، بعلاوه برای رفع یبوستهای عادی نیزمی‌توان ازروغن این گیاه استفاده کرد.

مصرف: از راه خوراکی به عنوان ملین مقدار ۲ـ۱۰ گرم وبه‌عنوان مسهل ۱۰ـ۶۰ گرم دراشخاص بالغ مصرف می‌شود. مقدار مصرف آن برای کودکان دوگرم به ازای هر سال سن است.

کرفس

(PARSLEY)

(Apium graveolens., Umbelliferae), Wild celery



شرح: کرفس گیاهی است علفی، دو ساله، به‌ارتفاع ۲۰ـ۶۰ سانتی‌متر که ساقه‌ای منشعب دارد، برگهای آن شفاف، نسبتاً ضخیم وگلهای آن کوچك، به‌رنگ سفید یا سفیدمایل به‌سبز ومجتمع به‌شکل چترمرکب است. این گیاه دارای ریشه‌ای قائم به‌طول ۶ـ۷ سانتی‌متراست که ازاطراف آن، ریشه‌های جانبی متعدد وازقسمت انتهایی آن، ساقه‌های توخالی شیاردارو‌عاری ازکرك خارج می‌شود.

قسمت مورد استفاده: از قسمتهای مختلف این گیاه به‌ویژه ریشه‌وبرگ آن استفاده می‌شود .

زیستگاه وکشت: این گیاه در نواحی مختلف اروپا، آمریکای جنوبی، آفریقا وآسیا وایران ومخصوصاً سواحل مدیترانه در اروپا پراکنده‌است، تکثیرآن به‌وسیلهٔ دانه‌های تازه (میوه) انجام می گیرد.

ایران: کرفس‌در بسیاری‌ازمناطق‌ایران از جمله در بلوچستان ، خوی و بندر عباس می‌روید .

ترکیبات و اثر: این گیاه حاوی گلیکوزیدی است به‌نام آپی‌سین (Apicin) که اثردرمانی آن به این ترکیب نسبت داده می‌شود. علاوه براین مقداری اسانس‌فرارنیز دراین گیاه وجود دارد . مهمترین مصارف دارویی آن عبارتست از : مدر ، مقوی معده، افزایش دهنده ترشح شیر ، بادشکن.یکی از مهمترین موارد استعمال آن برای درمان‌خیز عمومی بدن (استسقاء) است‌که ناشی ازهمان خاصیت مدر بودن گیاه است .

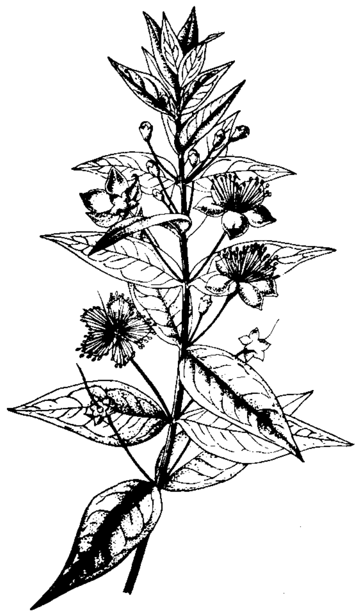
مصرف: ازشیره برگ‌کرفس به مقدار ۳۰ـ۶۰ گرم‌درروز به‌عنوان مدرو۱۰۰ـ۲۰۰ گرم به‌عنوان‌تب برمصرف می‌شود. ازدم‌کرده ریشه این‌گیاه به‌نسبت بیست درهزار به‌عنوان مدر استفاده می‌شود.

مورد

(MYRTLE)

(Myrtus Gommunis., Myrtaceae), Truemyrtle.

مورت



شرح: درختچهٔ کوچکی است که ارتفاع آن در شرایط عادی بین ۱ـ۳ متر است ولی درآب و هوای مساعد به ارتفاع بیشتر نیزمی‌رسد. برگهایی همیشه سبز، پایا، متقابل، ساده، نوك‌تیز، به‌رنگ سبزتیره‌ومعطر دارد. گلهای نسبتاً درشت وزیبای این گیاه رنگ سفیدوبوی‌مخصوص‌دارد‌ودرارد‌یبهشت تاثیرظاهر می‌شود. میوهٔ آن به شکل سته، بیضوی یا مدور، به‌رنگ سیاه مایل به آبی‌و دارای طعمی گس ورزینی است. برروی ساقه مورد برجستگیهایی بوجود می‌آید که از آن نیز درمصارف درمانی استفاده می‌شود.

قسمت مورد استفاده: از برگ ومیوه این گیاه استفاده دارویی به عمل می‌آید. (گاهی نیز برجستگیهای روی ساقه).

زیستگاه: این گیاه درجنگلهاوزمینهای بایری‌که درآنها درختچه‌های‌کوچك روییده ونیزبین درختان زیتون ودامنه‌های‌کم درخت کوهستانها می‌روید. منطقهٔ پراکندگی آن‌در مدیترانه، آسیا وایران است.

ایران: درنواحی شمالی ایران‌ازجمله منجیل در اطراف درختان زیتون، شیراز، اصفهان، خرم‌آباد ویزد می‌روید.

ترکیبات واثر: درخت مورد حاوی اسانس‌فراری‌بدنام دپاتنین (Depathhin) و نیز میرتنول (Myrtenol) است‌که هر دو اسانس در اعضاء مختلف گیاه مخصوصاً در برگ یافت‌می‌شود واثردرمانی آن‌نیزمربوط به این ترکیبات است. علاوه براین مقداری نیز اسیدتانیك (تانن) واسیدهای آلی درآن یافت می‌شود. ازاسانسهای این گیاه که از طریق تقطیربرگها با بخارآب تهیه می‌شود برای مصارف داخلی‌واستعمال خارج‌استفاده می‌شود. در مصارف داخلی بیشتر برای بیماریهای تنفسی ازقبیل برونشیت‌وسرفه‌های شدید اثرمفیدی دارد. این داروعلاوه‌براین‌ـ که فاصله سرفه‌ها را زیاد می کند(ضدسرفه)، همچنین خاصیت خلط‌آوری نیزدارد‌دوموجب تسهیل خروج خلط می‌شود. دراستعمال‌خارج خاصیت ضد عفونی‌کنندگی دارد‌وبیشتر برای رفع ناراحتیهای مخاط دهان بکارمی‌رود.

مصرف: گرد مورد را به عنوان مقوی معده به مقدارپنج گرم قبل‌ازغذا می‌خورند. از دم کردهٔ ۲۵ در هزار برگ نیز استفاده می‌شود، برای خاصیت ضد عفونی‌کنندگی نیز ازاین دم‌کرده یا جوشانده برگ استفاده می‌شود.

دم کرده گیاهان بومی

تعدادی ازگیاهــان اگر به‌طریق صحیح انتخاب شوند یابطور مناسب تهیه‌گردند، می‌توانند به‌عنوان جانشین چای مصرف شوند. اکثراین گیاهان طبی نیز بوده وبحث دربارهٔ آنها جالب به‌نظرمی‌رسد.

باید روشن‌ساخت‌که هیچ‌یك ازگیاهان بومی انگلستان را نمی‌توان به‌خاطرخواص محرکی‌که چای دارد کاملاً جایگزین آن کرد. این خواص چای وقهوه نـاشی ازوجود کافئین آنهاست. دربین گیاهان کشور انگلستان هیچ‌گیاهی کافئین ندارد، ولی اگرازاثر محرك چای صرفنظرکنیم می‌توان بعضی ازگیاهان بومی راجانشین‌آن‌کرد.

بوی خوش چای‌که ازآن بسیار تمجید می‌شود دربرگهای تازه آن وجود ندارد و تنها طی جریان تخمیرکــه بعد از جمع آوری بطور مصنوعی روی برگها انجام می‌گیرد به وجود می‌آید. علاوه برآن، طعم چای به‌خاطرمقدار بسیارزیاد تانن‌آن است. درکشور انگلستان برای پیداکردن جانشینی برای چای یا باید درپی‌گیاهانی بودکه بوی خوش و تانن دارند، یا به‌دنبال‌گیاهان تانن‌داری‌که پس ازانجام عملیاتی برروی آنها بوی‌خوش پیدا می‌کنند. بدیهی است چنین‌گیاهانی نباید فعالیت دارویی مشخص داشته باشند زیــرا بدن انسان به‌اثرآنها عادت‌کرده ولذا به‌هنگام بیماری به‌گیاهی‌که به‌عنوان دارو مصرف می‌شود بخوبی پاسخ نخواهد داد.

از بین گیاهان معطر، لیموی ترش، نعناع صحرایی، آویشن وحشی یاآویشن بسیار مناسب است. نسترن نیز علیرغم بوی ضعیف بـه خاطر داشتن مـزهٔ مطبوع اسیـدی و نیز مقدار زیاد ویتامین ضد بیماری اسکوربوت(ویتامین C) به عنوان چـای خانگی ارزش زیادی دارد.

علاوه برگیاهانی که‌دربالا نام برده شد، گیاهان دیگری نیزوجود داردکه برگ آنها

حاوی تانن‌است واگر به‌طریق مناسب تهیه شود بووطعم آنها شبیه چای است. رجل‌الاسد، برگهای توت سیاه، توت فرنگی، تمشك وخرزهره ازجمله آنهاست. دربارهٔ توت سیاه و رجل‌الاسد قبلاً دراین کتاب توضیح داده شده‌است وتوت فرنگی وتمشك نیز بخوبی شناخته شده‌اند و نیازی به‌شرح آنها دراینجا نیست. Rosebay willow — herb از خانوادهٔ Chamaenerion angostifolium(L.) Scop=(Eplolium angusti Fulium L.)

ازتیره گل آویزیان، بطورمعمول درمناطق وزمینهای جنگلی وبیشه‌زارها اغلب به‌مقدارزیاد یافت می‌شود. گیاهی‌است پایا، باشاخه‌های غیرمنشعب وبیش‌ازیك مترارتفاع دارد. دارای برگهای یك درمیان نیزه‌ای وباریك به‌طول ۱۰ سانتی متر وپهنای یك سانتی متراست. گل آذین آن درانتهای ساقه چند دسی متر طول دارد. باگلهایی به‌رنگ گلهای یاس بنفش به پهنای یك سانتی مترباچهار گلبرگ جدااست. میوهٔ آن دراز، لوبیایی شکل وحاوی دانه‌های زیادی‌است که هریك بارشته‌های ابریشمی درازمانند میوه قاصدك توسط بادپخش می‌شود. برگهای این گونه‌ها اغلب به‌صورت چای تقلبی پیدا می‌شود.

برگ گیاهانی‌راکه دربالا نام‌برده شد می‌توان بیدرنگ پس ازجمع‌آوری خشکانند وسپس مانند چای مصرف کرد. تیزان‌های تهیه شده ازآنها به‌خاطر داشتن تانن طعم قابض دارد ولی زیاد معطر نیست. اگربرگها پیش از خشکاندن تخمیر شوند نوع چای حاصل خیلی بهترخواهد شد. برای این‌کار، برگهای تازه (اززمان بازشدن تاآغازگل دادن) را به مقدارزیاد جمع‌آوری می‌کنند زیرا مقادیرکم به سختی تخمیر می‌شود. برای تخمیر، برگهایی راکه تازه گردآوری شده‌به‌مدت ۱۲ تا ۲۴ ساعت درسایه ودرمحلی‌که به‌اندازهٔ کافی گرم باشدقرارمی‌دهند به‌طوری‌که بدون‌این‌که زیاد خشك شوند پلاسیده شوند، سپس آنهارا درلایه‌های نازك می گسترانند وبه‌وسیلهٔ یك وردنه‌ی‌که روی‌آن می‌غلطانند شدیداً آن‌رامی‌کوبند. عمل‌تخمیرسپس به‌وسیلهٔ پیچیدن برگهای‌کوبیده دریك پارچه وقراردادن این بسته‌ها درمحل گرم درحرارت ۲۰ تا ۴۵ درجهٔ سانتی گراد وباحرارت بیشتری‌که به وسیلهٔ خود برگها تولید می‌شود، انجام می گیرد. اگر این حرارت ایجاد شده خیلی زیاد نباشد آنهارا برای دوروز می‌گذارند بماند، وگرنه یك‌روزکافی است. برای پایان عمل، برگهای تخمیرشده را درمعرض هوا وسایه یادریك خشك‌کننده ودرحرارت حداکثر تا۵۴ درجه سانتی‌گراد می‌خشکانند. درنتیجه‌این‌کار، برگها کم وبیش قهوه‌ای رنگ می‌شود.

بسیاری‌ازمردم یك یاچند نوع ازاین چای‌ها رامصرف می‌کنند ولی‌اغلب مخلوطی ازچندگیاه معطروتانن‌دارراانتخاب می کنند. این مخلوطها چون‌اثردرمانی مشخصی‌ندارند کاملاً براساس ذائقه تهیه می‌شوند. درپایان چند مخلوط را درزیرمعرفی می کنیم :

۱ـ برگ توت سیاه ۴ قسمت، برگ تمشك ۲ قسمت، برگ توت‌فرنگی ۲قسمت، شکوفه لیموترش ۱ قسمت، نعناع صحرایی ۱ قسمت.

۲ـ برگ Roseberry willow — herb ۲ قسمت، برگ توت سیاه ۲ قسمت،

شکوفه لیمو ترش ۲ قسمت، آویشن وحشی ۲ قسمت، نعناع صحرایی ۱ قسمت، بومادران ۱ قسمت.

۳ـ شکوفه لیمو ترش ۱ قسمت، آویشن وحشی ۱ قسمت، نعناع صحرایی ۱ قسمت.

درهنگام تهیه چای (تیزان) نباید آن را به مدت طولانی حرارت داد. آب سرد را می‌توان روی برگها ریخت وبه نقطهٔ جوش رسانید و گذاشت تا بماند ویامی‌توان آب جوش را روی برگهایی که قبلا دریك ظرف گرم قراردارد ریخت وبرای این کار ظروف دیگر مناسب‌تر ازظروف فلزی است.

فهرست بعضی از بیماریها و گیاهانی که برای درمان آنها بکار می‌رود

در این فهرست بیماریهای خطرناك و وخیم را به‌عمد حذف کرده‌ایم. این بیماریها را باید فقط پزشك با استفاده از داروهای طبیعی وصناعی بسیارقوی درمان کند. فرد معمولی نمی‌تواند بدون خطر این داروهارا مصرف کند. ضمنا توانسته‌ایم با دادن هشدارهای لازم بعضی بیماریهایی راکه گیاهان دارویی ممکن است به‌درمان آنها کمك کند ذکر کنیم.

کسالتهای جزیی نظیر التهاب غشاء مخاطی دستگاه گوارش، سردردهای تکراری، خشك شدن گردن وغیرآنها ممکن است علایم اولیه بیماریهای خطرناکتری باشد که اگر نشانه‌های آن سریعاً ازبین نرود باید دررساندن بیمار به‌پزشك درنگ ننمود وبخاطرداشت مرضی که به‌سرعت درمان شودآسانتر اززمانی که پیشرفته است شفا می‌یابد.

برای هربیماری گیاهانی راکه به‌درمان کمك می‌کند ذکرکرده وموثرترین آنها را درابتدا آورده‌ایم این دسته بندی نیز براصول اساسی متکی نیست زیرا ممکن است گیاهانی که تصورمی‌شودکم اثرترند دربعضی موارد بیشترین اثررا داشته باشند.

روش‌های تهیهٔ گیاهان دارویی در صفحات ۱۲ و ۱۳ آمده است و دراینجا تنها به مواردتکمیلی اشاره می‌کنیم. همیشه، به‌ویژه درمواقعی که ازمخلوط گیاهان مختلف استفاده می‌شود، باید توجه داشت که بامقادیرمناسب تهیه شوند. (فهرست بیماریها براساس الفبای انگلیسی تنظیم شده‌است).

کم‌خونی anemia

این بیماری باید توسط پزشك درمان شود. گیاهان کلروفیل‌دار ازجمله گرد یاسالاد گزنه می‌تواند درمان‌راکامل کند. برای معالجه کم‌خونی وخیم (Pernicious anemia) گیاهی وجود ندارد.

بی‌اشتهایی Appetite (lack of)

بی‌اشتهایی ممکن است علامت اولیه یك بیماری جدی‌تر، یا نتیجه مرضی باشد که بیمار به‌آن مبتلا است. داروهای مصرفی اساساً داروهای حاوی مواد تلخ یا اسانسهای فراراست. اگر بی‌اشتهایی با یك بیماری خطرناك یا یك عفونت همراه باشد گیاهان دارویی مورد استفاده باید برروی عفونت اثردرمانی نداشته باشد. داروهایی که برای درمان بی‌اشتهایی مصرف می‌شوند به‌شکل تیزان نیم‌ساعت پیش ازغذا خورده می‌شوند وشامل گیاهان زیرانـد :

white mugwort ، افسنطین، جنیتانا (کوشاد) ، اکسیر تـرکی ، سنبل ختایی ، آنژلیك، نعناع صحرایی، نعناع، Alpine mugwort، زیرهٔ سیاه، سروکوهی، قنطوریون، بومادران، زوفا، زنجبیل شامی، سداب، گزنه سفید.

تصلب شرایین arteriosclerosis

این بیماری با گیاهان معالجه نمی‌شود. گیاهان دارویی که نام برده شدند اصولاً فشارخون را که تقریباً همیشه دراین بیماری بسیار بالاست پایین می‌آورند بدین ترتیب بعضی ازعلایم ناخوشایند تصلب شرایین راکاهش می‌دهند واین اثرپایین‌آورنده فشارخون همیشه ضعیف است. گیاهان مورد استفاده عبارتند از:

سیر، والك، به (تنها یامخلوط) وسنبل‌الطیب (والریان).

آسم asthma

آسم به‌دلایل گوناگون ایجاد می‌شود وبا گیاهان دارویی نمی‌توان آن را درمان کرد اما می‌توان این بیماری راتسکین داد. دراین موردازگیاهان دارویی زیراستفاده می‌شود:

بنگ‌دانه، داتوره (به‌شکل سیگار)، مامیران، سنبل‌الطیب، رازیانه (تنها یامخلوط).

صفرا Bile

سنگ صفراوی و التهاب مجرای صفراوی بایـد توسط پـزشك درمان شود، ولی بـرای نارسایی‌های ترشح صفرا می‌توان ازگیاهان دارویی زیراستفاده کرد:

نعناع، نعناع‌صحرایی، ریشه بسفایج، قاصدك، گل جعفری، گزنه سفید (تنها یامخلوط).

التهاب مثانه Bladder (inflamation of)

التهاب مثانه همیشه دراثر عفونت باکتریایی ایجاد می‌شود وبرای درمـان آن امروزه از آنتی بیوتیکها وفرآورده‌های صناعی که بسیار مؤثرتر ازتـرکیبات گیاهی است استفاده می‌شود. ازداروهای گیاهی زیرتنها به‌عنوان کمك درمانی استفاده می‌شود.

انگور خـرس، توس (غان) ، بابونه ، مـرغ ، Lady's bedstraw که همهٔ این گیاهان به‌تنهایی یامخلوط مصرف می‌شوند که به‌آنها سیاه توسه رانیزمی‌توان اضافه کرد.

کورکها (وبعضی زخمها) Boils (and some ulcers)

برای درمان سیستمیك آنها پزشك آنتی بیوتیکها را بکارمی گیرد. جهت درمـان موضعی کمکی ازدم‌کرده (انفوزیون) گیاهان که به‌صورت کمپرس داغ یاشستشو استفاده می‌شود. ازله شده گیاهان تازه نیزمی‌توان استفاده‌کرد. کورکها اگربسرعت شفا نیافتند ممکن‌است منجر به‌مسمومیت خونی بشوند. اگرکورکها باتب‌یادردهمراه باشند یاحتی درزیر بغل یا کشاله ران برآمدگی ایجادکنند باید فوراً به‌پزشك رجوع کرد.

دستشودهنده‌ها mallow برگ ختمی، آویشن، آویشن وحشی، مرزنگوش و کمپرس گرم، بزرك، شنبلیله، mallow.

مالیدن‌له شده گیاه : sanicle ، orpine گل ناز، والك، golden rod و گـل شیپوری.

برونشیت Bronchitis

به Cough (سرفه) و Bronchitis (برونشیت) رجوع شود.

سوختگیها burns

سوختگیهای کوچك را می‌توان بـه کمك گیاهان تانن‌دار، بـرای تسکین درد وتسریع بهبودی، درمان کرد ولی سوختگیهای شدیدتر را نباید باداروهای تانن‌دارمعالجه کرد زیرا این‌داروها یك‌لایه سطحی نفوذناپذیر بوجود می‌آورند که میکروارگانیسمهای تولیدکننده مواد سمی درآن‌رشد می‌کنند. لازم‌است که سوختگیهای وسیع توسط پزشك درمان‌شوند. داروهای گیاهی که برای معالجه سوختگیها بکاربرده می‌شوند عبارتند از:

پوست بلوط، Tormentilla، پوست نارون و avens، وپوست درخت گز.

ناراحتیهای قلبی Cardiac Complaints

بیماریهای قلبی بـاید بـه وسیلهٔ پـزشك معالجه شود ولـی اختلالات مـلایم اعصاب قلب را می‌توان بااستفاده اززالزالك یا دارواش درمان‌کرد.

چایمان Chills

دراین موارد ازداروهای تب‌بروعرق‌زا استفاده می‌شود:

پوست بید، ریش بز، لیموترش، آقطی، راج، تاج‌الملوك (فـرآورده‌های هوموـ پاتیك)، dwarf thistle وبنفشه (تنها یا مخلوط).

سرماخوردگیها Colds

به Chill (چایمان) رجوع شود.

گیاهان زیر برای بخورددادن توصیه می‌شود: نعناع صحرایی، آویشن، آویشن وحشی ومرزنگوش.

یبوست Constipation

سیاه توسه، ریواس، سنجد تلخ، بزرگ، دانه‌های ـ Alpine Plantain به، رازیانه و شیرین بیان.

کوفتگیها Contusions

به heamatoma (خونمردگی) مراجعه شود.

سرفه، برونشیت، التهاب غشاهای مخاطی Cough, Bronchitis , catarrhs

سرفه با داروهای تسکین دهنده، خلط آور وتضعیف کننده سرفه درمان می‌شود:

خلط آورها: پامچال طبی، چوبه (غاسول)، بنگ سفید (گل ماهور)، انیس، جوانه کاج، پای خر، آویشن وآویشن وحشی.

تسکین دهنده های سرفه: رازیانه، انیس سبز، آویش و drosera

مرض قند diabetes

مرض قند باید تحت نظر پزشک بااستفاده از داروهای ویژه‌ای مانند انسولین وداروهای ضد دیابت صناعی درمان شود. گیاهان دارویی زیرمی‌توانند تاحدودی به‌درمان طبی کمك کنند:

لوبیای قرمز، سداب تیز، برگ زغال اخته، برگ انواع گزنه وبرگ گردو.

اسهال diarrhoea

دراثرعوامل مختلفی ایجاد می‌شود که عفونتها، اختلالات عصبی دستگاه گوارش ومسمومیتهای غذایی اهمیت بیشتری دارد. اگراسهال باتب همراه باشد حتماً باید باپزشك مشورت کرد. گیاهاتانن‌دار یا اسانسهای فرار برای درمان اسهال به‌کارمی‌رود: Tormentilla، پوست بلوط، زغال اخته خشك شده، انجبار، پوست نارون، علف نقره‌ای، پامچال، گل آویز، آویشن وحشی، مرزنگوش، نعناع صحرایی، نعناع. مریم نخودی (به‌تنهایی یامخلوط) و گل انار.

اختلالات گوارشی Digestive disturbances

به Appetit (lack of) (بی‌اشتهایی) و Stomach (ache, heaviness) (درد و سنگینی معده) رجوع شود.

خیز (ورم) dropsy

درمان جدید ورم عمومی بااستفاده از داروهایی موثرتراز گیاهان دارویی زیراست که در دسترس مردم عادی قراردارد:

ارس (سروکوهی) ، توس (غان) ، ruptur wort، بنفشه وحشی، انجدان رومی، میوه جعفری، چوبه (غاسول)، مرغ.

بثورات جلدی eruptions

بثورات جلدی غالباً ازاختلالات گوارشی (یبوست، عفونتهای مختلف) ناشی می‌شود و درمان خارجی نیز باید همراه بادرمان داخلی یادست کم یك مسهل همراه باشد.

فرآورده‌های زیر به صورت کمپرس مالیدنی بکارمی‌روند:

بابونه، مرزنگوش، آویشن، بنفشه وحشی، پوست بید، چوبه ، herb robert و Chervil (به‌تنهایی یا مخلوط).

التهاب چشم Eyes (inflamation)of

بیماریهای چشمی باید بادقت زیاد معاینه شوند وبیدرنگ به‌پزشك رجوع شود. فرآورده‌های حاوی گیاهان دارویی زیرمعمولاً به‌شکل لوسیون چشمی وبااستفاده ازیك چشم‌شویه بکارمی‌روند: بابونه رومی، رازیانه، سداب، برگهای mallow ، ختمی و eyebright (به تنهایی یا مخلوط) . دم کرده‌های مورد استفاده در بیماریهای چشمی را باید تازه تهیه کرد.

خستگی fatigue

برای رفع خستگی می‌توان ازگیاهان حاوی ویتامین C نظیر نسترن و عروسك پشت‌پرده

نفخ Flatulence

برای ازبین بردن نفخ می‌توان از زیره سیاه ، رازیانه ، نعناع صحرایی ، سیر، والك ، بومادران، alpine mugwort به‌تنهایی یا مخلوط بایکدیگر استفاده کرد.
استفاده کرد.

نقرس gout

تعدادی از داروها اگرچه نقرس را درمان نمی‌کنند اما درد آن را تسکین می‌دهند و از گیاهان دارویی زیرمی‌توان استفاده کرد:

داخلی: سورنجان (افرادمعمولی فقطمی‌توانندفرآورده‌های هوموپاتیك آن‌رامصرف کنند)، حشیشةالفقرا (hedge hyssop) ، توس، سروکوهی.

خارجی : تمیس، سنفیتون (به‌ویژه ریشهٔ تازه‌آن) .

التهاب لثه‌ها Gums (inflamation of)
به Mouth (دهان) رجوع کنید.

خون مردگی haematoma
خون مردگی را می‌توان به‌وسیلهٔ گیاهانی درمان کرد که به جذب مجدد خون از بافت‌های کوفته شده کمك می‌کنند مانند:

همیشه بهار کوهی، تمیس، سنفیتون، علف چای، تخم بزرك، دانه‌های شنبلیله، شکوفه لیموترش و گل شب‌بوری. این گیاهان را خرد کرده، با آب بسیار داغ مخلوط کنید تا خمیری بدست آید وسپس آنرا درمحل خون‌مردگی بمالید.

افزایش فشارخون hypertension
تمام گیاهان زیرعملاً تنها به‌طور موقت فشارخون را پایین می‌آورند ولذا درمان با آنها باید برای مدتی طولانی ادامه یابد. عصارهٔ گونه‌های گرمسیری رووالفیا (Rawolfia) و خربق سفید داروهای پایین آورندهٔ فشار خون بسیار فعالی بدست می‌دهند که باید فقط تحت نظارت پزشك مصرف شوند. ازمیان گیاهان بومی انگلستان می‌توان ازسیر، والك، دم اسب، دارواش، زالزالك (به‌تنهایی یامخلوط) نام برد.

انفلونزا Influenza
به chills (چایمان) رجوع شود.

بیخوابی insomnia
گیاهان زیر که می‌توان آنها را به‌دست آورد تنها در موارد ضعیف بیخوابی موثر است:
سنبل الطیب، رازك، رازیانه وانیس سبز.

یرقان Jaundice
به Bile (صفرا) رجوع شود.

زیادی قاعدگی Menstruation, profuse
این ناراحتی‌رامی‌توان تاحدودکمی به‌وسیلهٔ گیاهان دارویی از بین برد اما پزشك روشهای موثرتردیگری بکار می‌گیرد. خونریزی بجزدوران قاعدگی طبیعی را قطعاً باید بامشورت پزشك درمان‌کرد ولی ازگیاهان زیرنیزممکن است استفاده شود:

Tormentilla ، کیسه‌کشیش، alpine ladys' mantle, lady's mantle

نفخ Meteorism
به Flatulence (نفخ) رجوع شود.

التهاب دهان Mouth (inflammation of)

ازدم‌کردهٔ گیاهان زیر به‌صورت دهان شویهٔ یا غرغره استفاده می‌شود:

مریم‌گلی، آویشن، Tormentilla ، پوست بلوط، herb robert

تهوع Nausea

به Vomiting (استفراغ) رجوع شود.

رماتیسم Rheumatism

دربیمارانی‌که مبتلا به‌رماتیسم هستند لازم‌است‌که ادرار ونمکهای معدنی به‌طورمنظم دفع شوند بنابراین‌ازگیاهان ملین‌ومدرهمراه‌با گیاهانی‌که‌درد راکاهش‌می‌دهنداستفاده می‌شود:

داخلی: سروکوهی، توس، بلوط وجعفری.

خارجی : گل شیپوری، گزنه ورومارن (اکلیل‌کوهی) .

درد معده Stomach (ache)

اگردرد درفواصل زمانی‌کوتاه تکرارشود باید باپزشك مشورت شود. گیاهان زیردرد را تسکین می‌دهند:

بابونه وحشی، بابونه، نعناع صحرایی، زیره سیاه وماميران.

سنگینی معده Stomach (heaviness of)

درمواردی‌که عمل هضم معده به آهستگی انجام می‌گیرد (سنگینی معده) ازگیاهان مورد استفاده درموارد بی‌اشتهایی استفاده می‌شود.

آفتاب زدگی Sunstroke

به Burns (سوختگیها) رجوع شود.

التهاب لوزه‌ها Tonsillitis

گلودردهای حادکه به‌طور متناوب عود می‌کنند به‌مراقبتهای پزشکی نیازدارند. دراین مواردگیاهان دارویی معمولاً به‌صورت تیزان وغرغره به‌کارمی‌رود. همچنین می‌توان برخی گیاهان زیررا تامدتی جوید بطوری‌که بزاق دهان انتهای‌گلورا مرطوب‌کند:

مریم‌گلی، آویشن، آویشن وحشی، آویشن شیرازی.

واریس (خونریزی) Varicose veins (bleeding)

دراین مورد باید مراقبتهای پزشکی لازم انجام‌گیرد. گیاهانی‌که **تحت عنوان** wound - Healing به‌آنهااشاره شده است به‌ویژه سنفیتون ،به‌درمان واریس وریدها کمك می‌کنند.

استفراغ Vomitting

نعناع صحرایی، نعناع، افسنطین، قنطوریون، انواع بابونه، به‌تنهایی یا به‌شکل مخلوط با مقادیریکسان.

باد wind

به Flatulence (نفخ) رجوع شود.

درمان زخمها wound healing

برای کمك به‌درمان زخمها می‌توان گیاهان دارویی‌را به‌صورت لوسیون، مالیدنی یا له‌کرده به‌کاربرد وبدین منظورگیاهان حاوی اسانسهای فرار یا تانن‌ها بیشترمصرف می‌شوند.

بابونه ، آویشن ، مرزنگوش ، همیشه بهارکوهی (چشم‌گاو) ، Sanicle سنفیتون ، علف چای و herb robert.

واژه نامهٔ انگلیسی به‌فارسی

Acaulous	بی‌ساقه
Achene	فندقه
Acotyledons	بی‌لپه‌ایها
Actinomorph	منظم
Adente	متصل- بهم چسبیده
Adventive	نابومی
Aerobic	هوازی
Algae	جلبکها
Allopathy	الوپاتی
Allopatric	ناهم بوم
Amplexicaul	ساقه‌آغوش
Anaerobic	ناهوازی
Anatropous	واژگون تخمک
Androecium	نافه
Angiospermae	نهاندانگان
Anisogamy	ناجورگانی
Annular	حلقوی ـ حلقه‌وار- حلقه مانند
Anther	بساك
Apetalous	بی گلبرگ
Aphyllous	بی برگ

Apocarpous	جدابرچه
Autumn xylem	چوب پاییزه
Axil	محوری ـ واقع درمحور
Axile placentation	تمکن محوری
Beak	منقار
Berry	سته
Bidentate	دودندانه
Biennial	دوساله
Bif'orate	دوگله
Bilabiate	دولبه
Bilocular	دوخان
Bipinnate	دوشانه‌ای
Blastomere	جوانه
Botanist	گیاه شناس
Botany	گیاه شناسی
Bract	برگه
Bractea	برگه
Bracteole	برگك
Branch	شاخه
Bud	جوانه
Budding	جوانه زدن
Calicifloree	کالیسیفلورها
Callosity	برجستگی
Calyptra	کلاهه
Calyx	کاسه
Cambium	لایهٔ زاینده
Campanulate	استکانی
Campylotropous	کج تخمك
Capitulum	کلاپرك
Capsule	پوشینه
Capsule	سرپوش
Capsule	کپسول
Carpel	برچه

Carpology	میوه شناسی
Caryopsis	گندمه
Catkin	دم گربه‌ای
Caudicle	پایچه
Central placentation	تمکن مرکزی
Cepal	کاسبرگ
Chloroplast	پلاست سبزینه‌دار، کلروپلاست
Cluster	سنبله
Columella	ستونك
Conjugation	گشنگیری
Cordate	قلبی شکل
Coriaceous	چرمی (مانند برگ خرزهره)
Cork	چوب پنبه
Corolla	جام
Corymbe	دیهیم
Cotyledon	لپه
Crenate	کنگره‌ای
Cryptocarpous	نهان بر
Cryptogamia	نهانزادان
Cultivation	پرورش ـ کشت
Cutin	کوتین
Cutinisation	کوتینی شدن
Cutting	قلمه
Cyme	گرزن
Cyme biparous	گرزن دوسویه
Cyme uniparous	گرزن یکسویه
Deciduous	برگ‌ریز
Decoction	جوشانده
Decussate	یك درمیان
Dehiscence	شکوفایی
Dehiscente	شکوفا
Dentate	دندانه‌دار
Dialypetalous	جدا گلبرگ

Dichotomous	دوبخشی
Diclinous	یك جنسی
Dicotyledon	دولپه‌ای
Didymous	دوبخشه
Digitatc	انگشتی
Dioecious	دوپایه
Disc	قرص
Dispermous	دودانه
Dissepiment	جدار
Distichous	دورجی
Drupaceous	شفتی، شفت مانند
Drupe	شفت
Drupelet	شفتك
Drupeole	شفتك
Endocarp	درون بر
Endoplyte	درون‌روی
Endosperm	آندوسپرم
Epicarp	برون بر
Epidermis	بشره
Epigynous	برمادگی
Epirhizous	ریشه‌روی
Escape	خودرو
Exotic	غیربومی
Ferns	سرخس
Filament	میله
Filiform	نخی شکل
Fleshy	گوشتالو
Flora	گیا
Floral bud	غنچه
Floret	گلچه

Flower	گل
cle	برگه
Fructiferous	میوه‌بر
Fructification	بارآوری
Fruit	میوه
Frutescent	بوته‌ای
Funiculus ;Funicle	بند
Fusiform	دوکی شکل
Gamopetalous	پیوسته گلبرگ
Gamosepalous	پیوسته کاسبرگ
Germination	رویش
Glabrous	بی کرک
Glume	پوشینه
Glycoside	گلیکوزید
Graminacea	گندمیان
Gymnospermae	بازدانگان
Gynoecium	مادگی
Gynophore	برچه‌بر
Hair	کرک
Hairy	کرکین
Herb	علف
Herbaceous	علفی
Herbicide	علف‌کش
Hermaphrodism	نرمادگی
Hermaphrodite	نرماده
Heterophyllic	ناجوربرگی
Heterophyllous	ناجوربرگ
Heterosporous	ناجورهاگ
Heterostyle	ناجورخامه
Hilum	ناف
Homeopathy	هموپاتی
Homosporous	جورهاگ
Hybrid	دورگه

Hypoderme	زیرپوست
Hypogynous	مادهٔ زیر
Imparipinate	تك شانه‌ای
Indehiscent	ناشکوفا
Inerm	بی‌خار
Inflorescence	گل‌آذین
Infusion	دم کرده
Inulin	اینولین
Involucel	گریبانك
Involucre	گریبان
Keel	تیغه اصلی گندم
Kernel	مغزدانه
Lamina	پهنك
Lanceolate	برگ نیزه‌ای
Latex	شیرابه
Laticiferous	شیرابه‌بر
Leaf	برگ
Leaf blade	پهنك
Leafless	بی برگ
Leaflet	برگچه
Legume	نیام
Lichens	گلسنگها
Lignification	چوبی شدن
Lignin	لیگنین
Ligule	زبانك
Lobe	لب
Maceration	خیساندن
Medicinal	دارویی
Megasporangium	کلان هاگدان
Megaspore	مگاسپور
Mericarp	مریکارپ
Meristem	مریستم
Mesocarp	میان‌بر

Metaxylem	چوب پسین
Micropyle	سفت
Microsporangium	خردهاگدان
Microspore	خردهاگ
Monadelphe	مونادلف
Monocarp	تك برچه
Monochasium	گرزن یك سویه
Monocotyledonous	تك لپه
Monoecious	یك پایه
Monopetalus	تك گلبرگ
Multiflorous	پر گل
Nectar	نوش
Nectary	نوشگاه
Nervation	رگبرگ آذین
Nervure	رگبرگ
Nourishing layer	لایهٔ غذا دهنده
Obovate	برگی که به‌شکل تخم‌مرغ وارونه است.
Ochrea	نیام
Ocrea	نیام
Operculum	برپوش
Orbiculate	گرد، کروی
Orthotropous	راست تخمك
Ovary	تخمدان
Ovate	تخم مرغی ، به‌شکل تخم مرغ
Oviduct	تخمبر
Ovule	تخمك
Palmate	پنجه‌ای
Panicle	خوشهٔ افشان
Papilionaceous	پروانه‌وار
Parasite	انگل
Parietal placentation	تمکن کناری
Pedicel	پایك
Peduncle	دمگل

Perenial	پایا
Perianth	گل پوش
Pericarp	فرابر
Persistent	پایدار
Petal	گلبرگ
Petiole	دمبرگ
Phanerogamia	پیدازادان
Phellem	چوب پنبه
Phloem	آوند آبکش
Phycology	جلبك شناسی
Phyllode	پهن برگ
Phyllotaxis	برگ آذین
Phylum	شاخه
Phytomastigina	تاژکداران گیاهی
Phytozoa	گیاهی شکلان
Piliferous layer	لایه تارهای کشنده
Pinnate	شانه‌ای
Polygamous	چندگان
Piping	قلمه زدن
Pistil	مادگی
Pith	مغز
Pitted vessel	آوند منقوط
Placenta	جفت
Placentation	تمکن
Plant	گیاه
Plantule	گیاهك
Plumule	ساقه‌چه
Pollen	دانهٔ گرده
Pollen chamber	اطاق گرده
Pollination	گرده افشانی
Pollinie	پولینی
Prickle	خار
Protective tissue	بافت محافظ

Prothallus	پهنك
Pteriodophyta	نهانزادان آوندی
Pyxidium	مجری
Raceme	خوشه
Rachis	محور
Radicant	ریشه‌ده
Radicel	ریشه‌های فرعی
Radicle	ریشه‌چه
Receptacle	نهنج
Reniform	برگ قلوه‌ای شکل
Reticulate	مشبك
Revolute	لب بر گشته، پیچیده
Rhizogenesis	ریشه‌زایی
Rhizogenic	ریشه‌زا
Rhizoid	ریشه‌نما
Rhizome	ساقهٔ زیرین
Root	ریشه
Root cap	کلاهك
Poot – hairs	تارهای کشنده
Rossette	طوقی
Saponins	ساپونین
Scalariform vessel	آوند نردبانی
Scale	پولك
Sclerenchyma	اسکلرانشیم
Sepal	کاسبرگ
Serrate Leaf	برگ دندانه‌دار
Sessile	بی‌ساقه
Shrub	درختچه
Sieve tube	آوند آبکش
Silicula	خورجینك
Siliqua	خورجین
Sinuate leaf	کنگره‌کنگره ، برگ حاشیه‌موجی
Sorus	هاگینه

Spathe	اسپات
Species	گونه
Spike	سنبله
Spikelet	سنبلك
Sporangium	هاگدان
Spore	هاگ
Sporophyte	اسپوروفیت
Sporulation	هاگزایی
Spring xylem	چوب بهاره
Spur	مهمیز
Stamen	پرچم
Standard petal	درفش
Stem	ساقه
Stigma	کلاله
Stipule	گوشواره
Striped vessel	آوند مخطط
Style	خامه
Sympatric	هم بوم
Tea	دم کرده
Taxonomy	علم رده بندی وشناسائی گیاهان
Terminal	انتهایی
Thallus	ریسه
Tisan	تیزان
Trachea	آوندکامل
Tracheid	آوند ناقص
Tree	درخت
Tuber	تکمه، غده زیرزمینی
Tubercule	غده زیرزمینی، تکمه
Umbel	چتر
Umbelliform	چتری شکل
Umbellule	چترك
Uuiflorous	يك گله
Unifoliolate	يك برگچه‌ای

Unilabiate	یک لبه
Unilocular	یک خانی
Uniparous cyme	گرزن یک‌سویه
Unisexual	یک جنسی
Vascular	آوندی
Vascular bundle	دستجات آوندی
Vascular cryptogamia	نهانزادان آوندی
Vessel	آوند
Volubile	پیچ
Whorl	فراهم
Wing	بال
Xylem	آوند چوبی

واژه‌نامه فارسی به انگلیسی

آلوپاتی Allopathy

درمان با داروهایی که تأثیری برخلاف اثرناشی‌ازبیماریها دارند مانند طب کنونی غرب .

آندوسپرم Endosperm

بافت غذایی درون تخمک بازدانگان است که تعدادکـروموزومهای یاخته‌های آن مساوی است.

آوند Vessel

مجاری باریکی‌است که دربخش‌چوب گیاه قراردارد ودرداخل آنها آب‌وموادمعدنی جریان دارد. از یاخته‌های طویلی که به دنبال یکدیگر قرار گـرفته‌اند تشکیل شده است. علاوه برعمل انتقال مواد مختلف دراستحکام گیاه نیزمؤثراست.

آوندآبکش Sieve Tube ; Phloem

مجرای باریك وطویلی است که ازیاخته‌های دراز وزنده‌ای تشکیل شده‌است ودر داخل آن شیرهٔ پرورده جریان دارد.

آوند چوبی Xylem

نوعی بافت‌آوندی است‌که آب ومواد معدنی اندامهای گیاهی درداخل آن جریان دارد وموجب استحکام گیاه می‌شود.

یاخته‌های این بافت ابتدا جدار عرضی دارندکه بعداً ازبین می‌رود. گاهـی جدار

عرضی در بعضی از گیاهان باقی می‌ماند. این آوندها به دودسته تقسیم می‌شوند: آوندهای ناقص و آوندهای کامل.

آوندکامل Trachea

لولهٔ پیوسته‌ای است که ازروی هم قرارگرفتن یاخته‌های مـرده تشکیل شده است. جدارجداکنندهٔ عرضی این یاخته‌ها ازبین رفته است. تزیینات چوبی که درجدارطولـی این یاخته‌ها ظاهرمی‌شود انواع آوندهای زیررا به‌وجود می‌آورد: مشبك، **مخطط ومنقوط.**

آوند مخطط Striped vessel

یکی ازانواع آوندهای کامل است که درآن تزیینات چوبی جدارطولی بـه شکل خطوطی ظاهرمی‌شود.

آوند منقوط Pitted vessel

یکی ازانواع آوندهای کامل است که درآن تزیینات چوبی جدار طولـی به‌شکل نقطه‌هایی ظاهرمی‌شود.

آوند ناقص Tracheid

لوله‌ای است که از روی هم قرارگرفتن یاخته‌های مرده تشکیل شده است. جـدار جداکنندهٔ عرضی این یاخته‌ها باقی مانده‌است وتزیینات چوبی که درجدار طولی آنهـا ظاهرمی‌شود انواع زیررا تولید می‌کند: مارپیچی، حلقوی، نردبانی وقرصی.

آوند نردبانی Scalariform vessel

یکی ازآوندهای ناقص است که درآن تزیینات چوبی جدار به‌شکل پله‌های نردبان است. مانند آوند نردبانی سرخس.

آوندی Vascular

مربوط به مجاری یا لوله‌هایی است که موادگوناگون درداخل آنها جریان دارد. درگیاهان این مواد عبارتند از : آب، موادکانی ومواد آلی مختلف که در نتیجهٔ عمل نور ساخت تشکیل می‌شوند.

اسپات Spathe

براکته بزرگ وبرگ مانند یا نازك و غشایی است که پوشش کاملی برای برخی گل آذین‌ها، نظیرگل آذین اسپادیس، بوجود می‌آورد مانندگل شیپوری.

اسپوروفیت Sporophyte

مرحلهٔ $2n$ کروموزومی است که در گیاهان بی‌گل مانند خزه‌ها، سرخسها و غیره از تشکیل تخم شروع گردیده به پیدایش‌ها گ ختم می‌شود. مرحلهٔ n کروموزومی، گامتوفیت نامیده می‌شود.

استکانی Campanulate

اسکلرانشیم Sclerenchyma

نوعی بافت پارانشیم است که موجب استحکام اندامهای گیاهان می‌شود. یاخته‌های این بافت جدارضخیم دارند و به‌علت چوبی شدن سخت شده‌اند. معمولاً بافتهای پیر فاقد اجزاء زنده هستند. هستهٔ سخت بیشترمیوه‌ها ازجنس این‌بافت است.

اطاق‌گرده Pollen chamber

حفره‌ای است که در درون تخمك رسیده وجود دارد. مانند اطاق گردهٔ تخمك کاج.

انتهایی Terminal

بخشی ازاندام که درانتهای آن واقع شده‌است. مانند جوانهٔ انتهایی که درانتهای ساقه یا شاخه‌ها قراردارد.

انگشتی Digitate

مجموعهٔ برگچه‌های یك برگ مرکب ویا عضودیگری ازگیاه است‌که همهٔ آنها به‌یك نقطه منتهی مـی‌شوند و ظاهـری شبیه انگشتان دست را پیدا می‌کنند مانند برگ شاه بلوط.

انگل Parasite

جانداری است که ازنظر تغذیه وابسته به‌جاندار دیگری است. برخی از آنها جزء گیاهان وبرخی دیگر ازجملهٔ جانورانند. برخی درداخل بدن میزبان زندگـی می کنند و بعضی دیگربرروی بدن آن ثابت می‌شوند. گـروهی ازآنها درشرایط خاصی مـی‌توانند مستقل زندگی‌کنند. گروهی به میزبان‌آسیب می‌رسانند وگروهی بی‌ضررند.

اینولین Inulin $(C_6H_{10}O_5)_n$

یك پلی ساکاریدگیاهی‌که دراثر هیدرولیز لوولز می‌دهد.

بارآوری Fructification

کیفیت تشکیل میوه.

بازدانگان Gymnospermae

گروه‌بزرگی از گیاهان گلدارندکه به‌علت دارا بودن تخمکهای آزاد وبدون‌پوشش ازسایر گیاهان گلدار (نهاندانگان) مشخص می‌شوند. مانند سرو و کاج.

بافت محافظ Protective tissue

نوعی بافت گیاهی است که با افزایش سن اندامهایی‌مـانند ریشه وساقه، جانشین یاخته‌های روپوست آنها می‌شود. یاخته‌های آن معمولاً مرده وغیرقابل نفوذاند.

بال wing

یکی از گلبرگهای جانبی گل لوبیا است‌که قرینهٔ گلبرگ نظیراست .

برپوش Operculum

نوعی سرپوش است‌که روی بعضی ازاندامها ومخصوصاً میوه‌هـا را می‌پوشاند . این پوشش پس از رسیدن میوه جدا می‌شود .

برجستگی Callosity

۱ــ ناحیه‌های ازپوست روی ساقهٔ گیاه‌که ضخیم وسخت است.

۲ــ بخش برآمده‌ای است‌که درروی اندامهای مختلف ممکن است به وجودآید. این برجستگیها ضخیم وسخت‌اند .

برچه Carpel

واحد ساختمانی مادگی گل است. عضوی است‌که درآغاز تشکیل، شبیه برگ ساده است وبعد تغییراتی حاصل می‌کند وتبدیل به‌برچه می‌شود، حاوی تخمکها است.

برچه‌بر Gynophore

پایه‌یا میله‌ای است کــه تخمدان را نگهداری می کند. امتداد نهنج درفـاصلهٔ بین پرچمها ومادگی.

برگ Leaf

یکی ازاندامهای رویشی گیاهان‌که معمولاً سبزرنگ است. درروی ساقه یا شاخه قراردارد. به‌کمك سبزینه عمل فتوسنتز راانجام می‌دهد. انشعابات آوندها درآن‌رگبرگ نامیده می‌شود.

برگ آذین Phyllotaxis

طرزقرارگرفتن برگهاست برروی ساقه یا شاخه یا محور خود.

برگچه Leaflet

هریك ازقطعات جدا ازهم یك برگ مرکب است مانند شبدرکه برگ ۳ برگچه‌ای دارد.

برگك Bractéole

برگهٔ کوچکی است که دردمگل قرار می‌گیرد.

برگ دندانه‌دار Serrate leaf.

برگ قلوه‌ای شکل Reniform leaf

برگ نیزه‌ای Lanceolate leaf

برگه Follicle

میوهٔ خشك وشکوفایی است که ازیك برچه تشکیل شده وپس ازرسیدن با یك شکاف طولی بازمی‌شود. مانند میوهٔ زبان درقفا.

برگه Bract

برگ کوچکی است که ازلحاظ شکل ورنگ با برگهای معمولی اختلاف دارد و در زیرگل دیده می‌شود. درتیرهٔ کاسنی که گلهای مرکب مجتمع دارد برگه‌ها نیز مجتمع و متعددند. مانند برگه‌های آفتاب‌گردان وگل گندم.

برگه Bractea

برمادگی Epigynous

پرچمهایی هستندکه به بالای مادگی متصلند.

برون‌بر Epicarp

۱ــ بخشی ازفرابرمیوه است که خارجی‌ترین قسمت آن را تشکیل می‌دهد.
۲ــ پوستی است که روی میوه را می‌پوشاند.

بساك Anther

بخش انتهایی ومعمولا برجستهٔ پرچم است که محتوی دانه‌های گرده است.

بشره Epidermis

بیرونی‌ترین لایهٔ محافظ ریشه، ساقه وبرگ است.

بند Funiculus; Funicle

رشتهٔ کوتاهی است که درزیر تخمك قراردارد و آن را به تخمدان متصل می کند.

بوته‌ای Frutescent

گیاهی است که قاعدهٔ سخت ومحکم دارد وبوته‌ای وخاردار است.

بی‌برگ leafless

گیاه یا ساقهٔ بدون برگ است.

بی‌خار Inerm

گیاه یا اندامی که فاقد خاراست واندام دفاعی ومحافظ ندارد. مانند شمشاد .

بی‌پایه Sessile

بی‌ساقه Acaulous

گیاهی است که ساقهٔ هوایی ندارد یاساقهٔ هوایی به‌قدری کوتاه است که به نظر می‌رسد منشاء برگها ازریشه است مانند بنفشه.

بی‌کرك Glabrous

اندام صاف وبدون کرك است. مانند اندامهای شمشاد، کلم وجعفری.

بی‌گلبرگ Apetalous

گیاهانی که فاقد جام ولی دارای کاسه گل هستند. دربین آنها انواعی باگلهای کاملا برهنه (دارای کاسهٔ کاملا رشد نیافته) نیزدیده می‌شود.

بی‌لپه‌ایها Acotyledons

به رویان بعضی ازگیاهان دولپه که فاقد لپهٔ مشخص است گفته می‌شود. بعضی از دانشمندان به گیاهان بی گل نیزبی لپه گفته‌اند.

پایچه Caudicle

پایهٔ دانهٔ گرده درثعلبیان.

پایدار Persistent

بخش یا اندامی است که تازمان رویش‌کامل، به گیاه متصل باقی می‌ماند. مانند برگهای سبز که چندین سال دوام می کنند.

پایك Pedicel

میله پایه کوتاه دربرگ، گل یا هاگدان است.

پرچم Stamen

اندام نرگل شامل‌دو بخش میله و بساك است. درداخل بساك دانهٔ گرده تولیدمی‌شود.

پرگل Multiflorous

گیاهی است که تعدادگلهای آن زیاد است مانند زیرفون.

پروانه‌وار Papilionaceous

گلی است که جام آن نامنظم‌وبه‌شکل پروانه ومرکب ازپنج گلبرگ نامساوی‌است. (یك درفش، دوبال ویك ناوکه ازدوقطعهٔ متصل به‌هم تشکیل شده است) مانندگل لوبیا وباقلا .

پرورش Cultivation

پلاست سبزینه‌دار، کلروپلاست Chloroplast

نوعی پلاست است که درآن ذرات سبزینه (کلروفیل) وجود دارد. مانندپلاستهایی که در برگهای سبزوجود دارد.

پنجه‌ای Palmate

اندامی است که ازمرکزبه بخشهای مختلف تقسیم شده است. مانند برگ کرچك.

پوشینه Capsule

میوهٔ خشك‌وشکوفایی‌را گویندکه‌ازمادگی چندبرچه‌ای حاصل گردیده‌و به‌خلاف‌فندقه‌ها دارای دانه‌های متعدد باشد مانند میوهٔ خشخاش. نوع ناشکوفای این گونه میوه‌ها نیز پوشینه نامیده می‌شود.

پوشینه Glume

پوشش وبرگه‌ای است‌که درقاعدهٔ سنبلکهای گیاهان تیرهٔ گندم وجود دارد.

پولك Scale

برگهای ابتدایی وضخیمی است که برروی ساقه‌های بعضی از گیاهان دیده می‌شود. برگهای تغییرشکل یافتهٔ پیازها نیزازاین قبیل‌است.

پولینی Pollinie

مجموعهٔ دانه‌های گرده است که قبل از باز شدن بساك، در نوعی ماده ژلاتینی، به‌حالت پیوسته به‌هم باقی می‌ماند مانند وضع‌دانه‌های گرده درثعلب. مادهٔ ژلاتینی مذکورازژله‌ای شدن غشاء سلولزی، سلولهای مادرنتیجه می‌شود.

پهن برگ Phyllode

برگی است که دمبرگ آن پهن شده و درعــوض پهنك باریك بــاقی مانده است. عمل آن شبیه عمل برگ است .

پهنك Prothalus

پهنك Lamina، leaf blade

بخشی ازبرگ‌است‌که رگبرگها روی‌آن قراردارند وبه‌دمبرگ اتصال‌دارد، بخش صفحه مانند برگ است‌که محتوی‌کلروفیل ومحل انجام عمل فتوسنتز است . ممکن است ساده یا مرکب باشد.

پیچ Volubile

گیاه یا اندامی ازآن است‌که به دورتکیه‌گاهی می پیچد. مانند نیلوفر ورازك.

پیدازادان Phanerogamia

مجموعهٔ‌گیاهانی هستندکه در آنها دانه تولید می‌شود مانند سیب، ختمی و نخود. اندامهای تولید مثل این‌گیاهان‌کاملا نمایان وتولید مثل آشکاراست. بــه دو گروه بزرگ تقسیم می‌شوند بازدانگان ونهاندانگان.

پیوسته‌کاسبرگ Gamosepalous

وضعی است‌که درآن‌کاسبرگهای‌گل به یکدیگر چسبیده‌اند. مانند گل میخك.

پیوسته‌گلبرگ Gamopetalous

وضعی‌است‌که درآن گلبرگهای گل به یکدیگرچسبیده‌اند. مانندگلبرگهای گیاهان‌تیره

نعناع وکاسنی.

تارهای‌کشنده Root – hairs

رشته‌های تك یاخته‌ای درریشه است‌که عمل جذب آب و مــواد غذایی را انجام می‌دهد . بخشی ازریشه‌که تارها برروی آن قــرارداد بهٔ نام لایهٔ تارهــای‌کشنده نامیده می‌شود.

تاژکداران‌گیاهی Phytomastigina

گروهی ازجانداران تك یاخته‌تاژك دارانــد. برخی از این‌جانداران حد واسط میان جانوران وگیاهان شمرده می‌شوند. دارای پلاستهای سبزرنگ‌اند وعمل فتوسنتزرا انجام می‌دهند. نمونه‌هایی‌مانند ولوکس (Volvox) وکلامیدوموناس (Chlamydomonas) به وسیلهٔ گیاه شناسان جزء جلبکها رده‌بندی شده‌اند.

تخمبر Oviduct

لوله‌ای است‌که یاخته جنسی ماده پس ازخارج شدن ازتخمدان وارد آن می‌شود. این لوله یاختهٔ تخم را به خارج هدایت می‌کند.

تخم‌پوش Episperm

پوشش خارجی دانهٔ‌گیاهان است.

تخمدان Ovary

بخشی ازمادگی‌گل‌که محتوی یك یـا چند تخمك است. این قسمت اغلب بـرجسته است وپس ازنموکامل به میوه تبدیل می‌شود.

تخمك Ovule

بخشی ازتخمدان‌گیاهان دانه‌داراست (بازدانگان و نهانــدانگان) که پس از عمل گشنگیری به‌دانه تبدیل می‌شود. دربازدانگان برهنه ودرنهاندانگان دارای پوشش است. ازنظرشکل ظاهری دارای انواع مختلف است.

تخم‌مرغی - به‌شکل تخم مرغ Ovate

تك‌برچه Monocarp

گیاهی است‌که فقط دارای‌گلهای یك‌برچه است و برچه بعد از رشد بــه یك میوهٔ ساده تبدیل می‌شود.

تك‌گلبرگ Monopetalous

گلی است که درآن فقط یك گلبرگ وجود دارد مانندگل گاوزبان

تك‌لپه Monocotyledonous

گیاهی که دانهٔ آن دارای یك بخش یا یك لپه است. مانند گندم وخرما.

تمکن Placentation

طرزقرارگرفتن تخمك درداخل تخمدان یا آرایش تخمکها است که به‌سه‌صورت کناری (بنفشه)، محوری (زنبق) ومرکزی (پامچال) دیده می‌شود.

تمکن‌کناری Parietal placentation

یکی ازانواع تمکن است که در آن کنار برچه‌ها به‌هم متصل است. تخمکها در دیوارهٔ مادگی‌قرارمی‌گیرند وتخمدان فقط دارای یك حفره است. مانند تخمدان بنفشه.

تمکن محوری Axile placentation

یکی ازانواع تمکن است که درآن برچه‌ها طوری به‌هم نزدیکندکه جفت‌های‌آنها به یکدیگرمتصل می‌شوند ومحورگل را تشکیل می‌دهند. مانند تخمدان سوسن وگل آویز

تمکن مرکزی Central placentation

یکی ازانواع تمکن است که درآن تخمکها درمرکزمادگی به‌شکل توده‌ای قرار می‌گیرند وبه دیوارهٔ تخمدان متصل نیستند. مانند تخمدان پامچال.

تیزان Tisan

مایعات دارویی راگویندکه معمولا ازتأثیرآب برروی اعضاء مختلف گیاهان مانند برگ، ریشه، ساقه،گل، میوه، دانه وحتی موادحیوانی ومعدنی‌تهیه می‌گردند.تیزانهاحامل مقدارکمی ازمواد مؤثراند و چون زود فاسد می‌گردند آنها را در مواقع مصرف تهیه می‌کنند.

تیزان‌ها به‌تناسب نوع‌ماده دارویی‌به‌طرق مختلف انحلال ساده، خیساندن، دم‌کردن، جوشاندن، دیژستیون وحتی لیکسیویاسیون مواد دارویی درآب مقطر یا آب آشامیدنی تهیه می‌شوند . تیزانها به‌عنوان حامل مواد دارویی و یا به صورت مشروب به مصرف بیماران می‌رسد.

جام Corolla

دومین پوشش گل است که مجموعاً گلبرگها را به‌وجود می‌آورد. این بخش معمولا به رنگهای مختلف دیده می‌شود. ممکن است ازقطعات پیوسته یا مجزا تشکیل شده‌باشد.

جدابرچه Apocarpous

مادگی مخصوصی است که ازاجتماع برچه‌های جدا به‌وجود آمده‌است.

جدار Dinepiment

تیغه نازکی‌است که باعث تقسیم تخمدان به چند خانه مشخص می‌شود. تیغه مذکور معمولا به تعداد برچه‌های مادگی در تخمدان مشاهده می‌گردد بـه طوری‌که از روی آن می‌توان معین‌نمود که تخمدان ازاتحادچندبرچه تشکیل شده است. دربعضی‌از گیاهان‌جدار داخلی برچه‌ها به‌طورناقص یاکامل ازبین می‌رود ویا آنکه دراثرپیدایش جدارهای‌ناشی ازجفت، حفره‌تخمدان به‌طورکامل‌یاناقص به‌خانه‌های بیشتراز تعداد برچه‌ها تقسیم‌می‌گردد (مانند میوهٔ خشخاش).

جدا گلبرگها Dialypetalous

گروه بزرگی‌از گیاهان گلدار راگویندکه درآنها، جام‌گل ازگلبرگهای‌آزاد وجدا ازهم تشکیل یافته‌اند .

جفت Placenta

کناره جداربرچه‌ها است‌که تخمك‌ها به‌وسیلهٔ بند بدان اتصال دارند.

جلبك شناسی Phycology

شعبه‌ای است ازعلم‌گیاه شناسی‌که به مطالعهٔ جلبکها اختصاص دارد.

جلبکها Algae

گروهی از ریسه‌داران‌اند بـه‌شکل ظاهری بیشتر انواع این گیاهـان ریسه مانند نواری است. به علت وجودکلروفیل ازقـارچها متمایزاند. تولید مثل جنسی و غیرجنسی دارند. بیشترآبزی هستند یا درنقاط مرطوب می‌رویند. مهمترین انـواع آنها عبارتند از جلبکهای قهوه‌ای وقرمز.

جوانه Bud

اندام نودس وفشرده‌ای است‌که درانتهای شاخه وبغل دمبرگ وجود دارد وباعث نموطولی وجانبی آن می‌شود. به وسیلهٔ برگهای پولك مانند پوشیده می‌شود.

جوانه زدن Budding

روش تقسیم دربرخی ازگیاهان پست است. جوانهٔ تازهٔ تشکیل شده ممکن است از گیاه مولد جدا شود یا به‌آن چسبیده باقی بماند. مانند روش تقسیم مخمر آبجو .

جوانه Blastomere

هر یاخته‌ای که درمرحلهٔ شکافتگی تخم به وجود آمده باشد .

جورهاگ Homosporous

گیاهی است که فقط یك نوع هاگ تولید می کند. چنین‌هاگی منشاء اندامهای نر و ماده می‌شود دردم اسپیان ریسه‌های مختلف، هاگ مشابه تولید می کنند.

جوشانده Decoction

محلولهای دارویی راگویندکه ازجوشاندن مواد دارویی مختلف مانند اعضاء مفید گیاهان وغیره درحلال حاصل شوند. زمان جوشیدن درحلال نیزبه تناسب مواد دارویی مختلف فرق می‌کند. استفاده ازاین طریقه، برای مواردی است که استخراج مواد ازجسم دارویی، به‌طریق دیگر غیرمقدور ویا با اشکالاتی مواجه باشد.

چتر Umbel

نوعی‌گل آذین که آرایش شبیه چتردارد. دم‌گل یا دم‌برگ ازیك نقطه خارج می‌شود. چترساده (پامچال) وچترمرکب (هویج) ازانواع آن شمرده می‌شوند.

چترك Umbellule

چترکوچك یا چترثانوی است که دربالای ساقه‌های چتر مرکب وجود دارد. مانند چترك هویج.

چتری شکل Umbelliform

بخشی ازگیاه یا اندامی ازآن است که شکل ظاهری شبیه به چترداشته باشد.

چرمی (مانند برگ خرزهره) Coriaceous

چندگان Polygamous

گیاهی است که درآن گل نر، گل ماده و گلهای نرماده به‌طورتوأم وجود دارد.

چوب بهاره Spring xylem

چوب ساخته شده در بهاراست که روشن‌تر ونرم‌تراز چوب پاییزه است.

چوب پاییزه Autumn xylem

چوب ساخته شده در پاییز که تیره و محکم است. معمولاً درختها را برای استفاده بیشتراز چوب، درپاییزقطع می‌کنند.

چوب پسین Metaxylem

بخش چوب پسین گیاه ویاخته‌هایی که جدارآنها ضخیم شده است.

چوب پنبه Cork و Phellem

نوعی بافت محافظ است که یاخته‌های آن مرده و غیر قابل نفوذاند. این بافت در نتیجهٔ قطورشدن ساقه‌وریشهٔ جوان جانشین بخش‌روپوست این‌اندامها می‌شود . دربرخی ازگیاهان ازجمله درنوعی بلوط مقدارآن زیاد است وچندین سانتی‌مترضخامت دارد.

چوبی شدن Lignification

کیفیت تشکیل چوب است. عمل ضخیم شدن جدار یاخته‌های گیاهی دراثر راسب شدن ماده‌ای که دارای ترکیب چوب است. مانند وضع ساقه‌ها وریشه‌های مسن.

حلقوی ـ حلقه‌وار ـ حلقه مانند Annular

آوندهای حلقوی Annular vessels

اولین‌آوندی است که درنباتات به وجود می‌آید ودارای جدارعرضی مودب است (اولین‌آوندی که درگیاهان به وجود می‌آید و دارای جدار عرضی حلقوی است).

خار Prickle

رشته‌های سطحی وروپوستی اندامهای گیاه است که بآسانی می‌توان آنهاراجداکرد بی‌آنکه آسیبی به‌وجودآید. مانند خارهای ساقهٔ گل سرخ.

خامه Style

قسمت آزاد مادگی است که به‌کلاله ختم می‌شود خامـه در فاصلهٔ میان تخمدان و کلاله واقع شده است.

خردهاگ Microspore

هاگهایی راگویندکه ازرویش آنها، پروتال‌نر یعنی پروتال دارای آنتریدی به‌ـ وجود می‌آید. این‌گونه هاگها را می‌توان به دانهٔ گردهٔ گیاهان گلدار تشبیه کرد.

خردهاگدان Microsporangium

نوعی هاگدان است‌که درداخل آن خردهاگها تشکیل می‌شوند.

خودرو **Escape**

گیاهی است‌که دراصل‌کاشته می‌شده واکنون به‌صورت وحشی می‌روید.

خورجین Siliqua

میوهٔ خشك ودراز استوانه‌ای یا صاف است‌که باچهارشکاف بازمی‌شود. دانه‌ها به سختی به‌جدارمیوه می‌چسبند. مانند میوهٔ مامیران و شب‌بو.

خورجینك **Silicula**

میوهٔ خشك وشکوفا وگردی است‌که پهنای آن بیش ازدرازاست. طرزبازشدن‌آن شبیه خورجین است مانند قدومه.

خوشه **Raceme**

نوعی گل آذین است‌کـه یك محوردارد. دم‌گلهای منفرد ومتعدد درطول آن قرار دارند. مانند خوشهٔ خاکشیر وسیزاب.

خوشهٔ افشان Panicle

خیساندن Maceration

دارویی Medicinal

دانهٔ‌گرده Pollen

گامت‌نر درگیاهان مولد دانه، یا پیدازادان (نهاندانگان وبـازدانگان) است. در داخل بساك پرچم تولید می‌شود. دارای دوپوسته به نام برون‌لا ودرون‌لا است. در داخل میان مایهٔ آن دوهسته تشخیص داده می‌شود. درنتیجهٔ عمل گرده افشانی به‌روی گامت ماده منتقل می‌شود وباآن ترکیب می‌شود.

درخت **Tree**

گیاه چوبی است‌که لااقل پنج متر طول دارد.

درختچه Shrub

درخت کوچکی است که معمولاً تنهٔ مشخص ندارد وازقاعدهٔ منشعب است. ارتفاع آن یك تا پنج متراست.

درفش Standard petal

بزرگترین گلبرگ گل گیاهان خانوادهٔ پروانه‌آسا است. این گلبرگ‌ها با چهار گلبرگ دیگر، شکل خاص پروانه را به گلهای گیاهان این خانواده می‌دهد.

درون‌بر Endocarp

بخش داخلی میوه است که ممکن است به‌صورت لایهٔ نازك غشایی درآیدویاسخت ومحکم گردیده، هسته را به‌وجود می‌آورد.

درون‌روی Endoplyte

گیاهی است که دردرون اندامهای گیاه دیگری زندگی می‌کند.

دستجات آوندی Vascular bundle

گروهی از یاخته‌های مخصوص است که شامل دو بخش مختلف چوب و آبکش است. ممکن است علاوه براین دوبخش، طبقهٔ نازکی ازلایه زاینده درفاصلهٔ آنها وجود داشته باشد.

دمبرگ Petiole

میله‌ای است که موجب اتصال پهنك برگ باساقه یا شاخه می‌شود.

دم‌کرده Infusion; Tea

محلولهای دارویی راگویندکه با ریختن آب‌جوش برروی جسم دارویی یا عضوی ازگیاه وقرار دادن‌آنها به مدت ۱۰ دقیقه تا یك ساعت به همان حالت، به‌دست می‌آیند. با این روش ، مقداری از مواد مؤثر جسم دارویی یا اعضاءگیاهان، تحت اثر حرارت درآب حل‌گردیده محلولی به‌دست می‌آیدکه تحت نام دم کرده، مورداستفاده‌قرار می‌گیرد.

دمگربه‌ای Catkin

نوعی گل آذین سنبله است که در آن، گلهای نر یا ماده در کنار براکته‌ها و براکته‌های فرعی درحول محورگل آذین جای دارند. دراین نوع گل آذین، گلها معمولاً عادی از پوشش ویا دارای آن، ولی به‌صورت رشد نیافته‌اند مانندگل آذین گیاهان بید،

بلوط و گردو.

دمگل Peduncle

میله یا بخشی است که موجب اتصال و نگهداری گل می‌شود.

دندانه‌دار Dentate

تضاریس کوچك برگ ویا قطعات پوشش گل را گویند. مانند برگ نارون و کاسه یا جام برخی از گیاهان پیوسته گلبرگ که منتهی به دندانه‌های کوچك می گردند.

دوبخشه Didymous

وضع اندامی است که ازدوبخش نسبتاً مشخص یا دو قسمت کروی پیوسته به هم تشکیل شده است. مانند میوهٔ سیزاب.

دوبخشی Dichotomous

وضع شاخه‌هایی است که به دوبخش تقسیم می‌شوند وهربخش نیز به دو قسمت منشعب شده است. این انشعابات هم به همین ترتیب ادامه پیدا می‌کنند. مانند انشعابات نوعی فوکوس.

دوپایه Diecious

گیاهی‌است که گلهای نروگلهای ماده (گلهای یك جنسی) آنها روی دوپایه‌جداگانه قرار گرفته باشد. مانند شاهدانه، بید وخرما.

دوخان Bilocular

میوهٔ بعضی ازگیاهان که ازدوبرچه تشکیل شده است و جداری آنها را ازهم جدا می‌کند. مانند میوهٔ گیاهان خانواده شب بو (خورجین وخورجینك)

دودانه Dispermous

میوه‌ای است که دودانه دارد. مانند نیام عدس.

دودندانه Bidentate

وضع اندامی است که درانتها دارای دوزایدهٔ دندانی شکل‌است. ماننده‌یوهٔ‌ایبریس ازخانواده شب بو.

دورجی Distichons

وضع اندامهایی است که درردیف ودرطرفین محور مشترك‌قراردارند. مانندبرگ

سرخدار.

دورگه Hybrid

گیاه یا جانوری است که درنتیجهٔ آمیزش دوگیاه یا دوحیوان که اختصاصات ارثی متفاوت دارند به وجودآمده است.

دوساله Biennial

گیاهی که دوران زندگی آن دوسال است. درسال اول گیاه دارای اندامهای رویشی (ریشه، ساقه وبرگ) است ودرسال دوم اندام زایشی (دستگاه تولید مثل یا گل) درآن به‌وجود می‌آید وتولید دانه می‌کند مانند چغندر، جعفری وکلم.

دوشانه‌ای Bipinnate

برگ مرکبی است که برگچه‌های آن نیز مثل برگ اصلی تقسیم شده است و شبیهٔ شانه دوطرفه بابرید گیهای پرمانند به نظر می‌رسد. مانند برگهای بعضی ازسرخسها.

دوکی‌شکل Fusiform

دوگله Biflorate

گیاهی که دارای دوگل است. مانند پایهٔ بعضی ازشمعدانیها.

دولبه Bilabiate

گلی است که گلبرگ آن به دولب نامساوی زیرین و زبرین تقسیم می‌شود وگلوی گل نیزبازاست. مانند جام گیاهان تیرهٔ نعناع.

دولپه‌ای Dicotyledon

گروه بزرگی از گیاهان که دانهٔ آن دارای دولپه‌است. (گیاهك دانه دولپه دارد). مانند باقلا،نخود وبادام.

دیهیم Corymbe

نوعی گل آذین است که طول دمگل‌های فرعی درآن یك اندازه نیست و ازنقاط مختلف دمگل اصلی دمگل‌های فرعی جدا می‌شود وگلهای انتهایی آنها دریك سطح قرار می‌گیرند. مانند گل آذین گلابی.

راست تخمك Orthotropous

یکی ازانواع تخمك است که درآن سفت، بند وجفت دریك امتداد قراردارند .

رگبرگ Nervure

انشعاباتی از آوندهاست که برروی برگ وجود دارد و از فیبروآوند تشکیل شده است. دربیشتربرگها رگبرگ اصلی و رگبرگهای فرعی تشخیص داده می‌شود.

رگبرگ آذین Nervation

طرزقرارگرفتن گلبرگ‌ها برروی پهنك برگ است. مثلا درتك لپه‌ایها رگبرگ‌ها به طور موازی قراردارند.

رویش Germination

مراحلی است که ضمن آن، رویان پس ازطی تغییراتی، از پوششهای خود خارج می‌شود وبه‌کمك ریشهٔ جوان وبرگهای جدید مواد غذایی خود را تأمین می‌کند.

ریسه Thallus

بخش رویشی ریسه‌داران است که فاقد اندامهای مشخص گیاهان عالی (ریشه،ساقهٔ برگ وگل) است. این بخش ممکن است تك یاخته‌ای یاچند یاخته‌ای باشد . اجزای آن ممکن است منشعب ونوارمانند باشد.

ریشه Root

بخشی ازگیاهان دارای آوند است،که معمولا زمین‌گرایی مثبت دارد و در داخل خاك فرومی‌رود. موجب استحکام ویا برجایی‌گیاه می‌شود و مواد غذایی لازم را از زمین جذب می‌کند. مهمترین‌تفاوت ریشه باساقه،نبودن برگ وجوانه برروی ریشه‌است.ترتیب قرارگرفتن دستجات آوندی ریشه‌نیزازساقه متمایزاست. ریشه از نظرمحل زندگی وشکل انواع گوناگون دارد .

ریشه چه Radicle

ریشه ابتدایی است که در داخل دانه وجود دارد و از رویش آن، ریشهٔ گیاه تولید می‌شود.

ریشه ده Radicant

بخش‌یا اندامی است که تولید ریشه می‌کند.گیاهی که به‌وسیلهٔ ایجاد ریشهٔ نابه‌جا باسایرگیاهان اتصال پیدا می‌کند. مانند عشقه.

ریشه‌روی Epirhizous

جاندار یا اندامی است که برروی ریشه می‌روید.

ریشه‌زا Rhizogenic

بخشی که مولد ریشه ت، بخشی که موجب تشکیل ریشه‌های نابه‌جا می‌شود.

ریشه‌زایی Phizogenesis

مجموعهٔ پدیده‌ها وعلتهایی است که منجر به تشکیل ریشه می‌شود.

ریشه‌نما Rhizoid

سلولهای دراز وشبیه تارهای کشنده که عملی مشابه‌آن دارند. ریزوییدها در خزه‌ها وپروتال نهانزادان آوندی عمل جذب مواد را اززمین عهده‌داراند. ریزوییدها در بعضی هپاتیك‌ها به‌صورت منشعب دیده می‌شوند.

ریشه‌های فرعی Radicel

انشعابات ظریفی است که برروی ریشهٔ اصلی به‌وجود می‌آید.

زبانك Ligule

۱ــ زایدهٔ کوچکی است که درمحل اتصال پهنك ونیام وجود دارد.

۲ــ پولك کوچکی است که درسطح فوقانی قاعدهٔ برگ برخی ازگیاهان دیده می‌شود.

۳ــ جام زبانی شکل برخی ازگلچه‌ها نیز به این نام نامیده می‌شود.

زیرپوست Hypoderme

یك یا دولایه سلول است که درزیربشره وبالای بافت پارانشیم سبزینه‌ای برگهای بعضی از گیاهان دیده می‌شود. سلولهای لایه مذکور که از تقسیم سلولهای بشره نتیجه می‌گردند ممکن است جدار ضخیم حاصل کرده وکم و بیش چوب پنبه‌ای شوند (مانند برگ کاج) ویا آن‌که به‌طورساده حالت کلانشیمی پیدا نمایند.

ساپونین Saponins

گلیکوزیدی است که درصابون مایع ومصارف صنعتی به‌کارمی‌رود.

ساقه Stem

اندامی ازگیاهان آوندی است که معمولا درخارج‌از خاك قرار دارند. برگها و جوانه‌ها درفواصل معین برروی آن قرارگرفته‌اند. اندامهای تولید مثل (گل) نیز برروی این قسمت از گیاه واقع است. ساقه‌ها را ازنظر شکل ظاهری و محل زندگی به‌انواع گوناگون تقسیم می‌کنند.

ساقه آغوش Amplexicaul

برگهایی که مستقیماً به‌وسیله پهنك خود به‌ساقه چسبیده‌اند مانند بعضی از گیاهان خانوادهٔ چتریان.

ساقه‌چه Plumule

ساقهٔ ابتدایی که در داخل دانه وجود دارد و از رویش آن ساقه تولید می‌شود.

ساقهٔ زیرین Rhizome

ساقهٔ قطوری که به‌وضع افقی قرار گرفته است. بخشی ازآن درخارج از خاك و بخشی دیگر در داخل خاك است. شاخه‌های هوایی و ریشه‌های زمینی ازآن درجهت بالا و پایین خارج می‌شوند. مانند ساقهٔ زیرین زنبق.

ستونك Columella

۱. پیشرفتگی یا ادامهٔ پایهٔ هاگدان در داخل هاگدان کفکها است.
۲. بخش مرکزی کلاهك ریشه است.

سته Berry

یکی از انواع میوه‌های آبدار است که میان‌بر آنها گوشتی و نرم و آبدار است. و دانه‌ها در درون آن پراکنده‌اند. درون‌بر مشخص دربیشتر این میوه‌ها وجود ندارد. مانند انگور.

سرپوش Capsule

بخشی که روی اندامی را می‌پوشاند.

سرخس Ferns

سفت Micropyle

مجرایی دربالای تخمك است که ازطریق آن، لولهٔ دانهٔ گرده وارد می‌شود. در دانهٔ رسیده به صورت نقطهٔ کوچکی در روی پوست دیده می‌شود. در ابتدای رویش دانه از راه آن آب به‌دانه می‌رسد.

سنبلك Spikelet

سنبلهٔ کوچکی که دارای چندین گل است.

سنبله Cluster

نوعی گل آذین خوشه‌ای است که گلهای بی‌پایه روی محور مشترك قرار می گیرند

مانند سنبلهٔ گندم.

شاخه Phylum

گروه بزرگی از جانوران یا گیاهان که دریك صفت عمده مشترك‌اند و دریك گروه قرار می‌گیرند.

شاخه Branch

انشعاب فرعی ساقهٔ گیاه است. شاخهٔ جوان غالبا جوانه نامیده می‌شود.

شانه‌ای Pinnate

برگی که دارای برگچه‌های فراوان است و انشعابات آن شبیه پر به‌نظر می‌رسد. مانند برگ اقاقیا و زبان‌گنجشك.

شفت Drupe

نوعی میوهٔ گوشتدار یا آبدار ناشکوفا که درون‌بر آن سخت و چوبی است وهسته را به‌وجود می‌آورد که محتوی یك یا چند دانه است. میان‌بر آن گوشتی و آبدار و برون‌بر آن تشکیل پوستهٔ نسبتاً محکمی را می‌دهد که میوه را می‌پوشاند. مانند هلو و گوجه.

شفتك Drupelet و Drupeole

شفت کوچك است. مانند میوهٔ مرکب تمشك که ازمجموعهٔ شفتکها-تشکیل شده‌است.

شفتی، شفت مانند Drupaceous

میوه‌هایی که دوام آن برابر میوهٔ شفت است. مانند میوهٔ پسته.

شکوفا Dehiscent

میوه یا بساکی است که پس‌از رسیدن به‌خودی‌خود باز می‌شود و دانه‌ها یا دانه‌های گرده آزاد می‌شوند مانند میوهٔ خرفه و بساك زرشك.

شکوفایی Dehiscence

جدا شدن طبیعی قسمتهایی مثل بساك یا میوه است که موجب بیرون ریختن‌محتویات آنها می‌شود. مثل پوشینهٔ خاردار شاه‌بلوط هندی.

شیرابه Latex

مادهٔ بی‌رنگ یا شیری یا رنگینی است که دراندامهای برخی ازگیاهان گلدار دیده

می‌شود. اغلب دراثرقطع برخی ازاندامها خارج می‌شو مهمترین موادی که درترکیب آن وجود دارد عبارتند از: پروتئینها، قندها، آلکالوئیدها، مواد معدنی و روغنها. شیرابه‌ها دراثر مجاورت با هوا به‌سرعت منعقد می‌شوند. به‌نظر می‌رسد که این مواد درعمل تغذیهٔ گیاه و محافظت ازآن و جوش خوردن خراشها دخالت دارند. شیرابهٔ برخی ازگیاهان جمع‌آوری می‌شود و درصنعت مورد استفاده قرار می‌گیرد. مهمترین نمونهٔ صنعتی آن کائوچو است.

شیرابه‌بر Laticiferous

اندام یابخشی که حامل شیرابه است. مانند یـ ...ه‌ها، بافتها ومجاری دارای‌شیرابه.

طوقی Rossette

برگهای گسترده‌ای است که به‌طور منظم دراطراف یقه یا اطراف جوانه قرار می‌گیرند. گیاهی که برگهایی به‌این‌صورت دارد فقط دارای گره است وفاقد میان گره می‌باشد. مانند سه کنجه‌خیز. گاهی به‌برخی از امراض که علامت آن نزدیکی غیرعادی برگها به‌یکدیگر است نیز گفته‌می‌شود. این وضع بخصوص در درختان میوه دیده می‌شود.

علف Herb

نام‌عمومی گروه بزرگی از گیاهان است که معمولا یک‌ساله‌اند. ساقهٔ چوبی ندارند. برخی از اندامهای این‌گیاهان ممکن است چندساله باشد.

علف‌کش Herbicide

مواد یا وسایلی که به‌منظور ازبین بردن علفهای هرز به‌کار می‌روند.

علفی Herbaceous

گیاهانی راگویند که کم‌دوام وفاقد اعضای سخت و چوبی می‌باشند مانندآلاله‌ها.

علم رده‌بندی و شناسایی‌گیاهان. Taxonomy

غدهٔ زیرزمینی، تکمه Tubercule

قسمت متورم و زیرزمینی ریشه یا ساقهٔ گیاهان است مانند غده‌های زیرزمینی سیب‌زمینی ترشی، سیب‌زمینی و غیره.

غنچه Floral bud

گل قبل‌از شکفته شدن است.

غیربومی Exotic

گیاهی که بومی محل نیست و دراثر فراهم آوردن شرایط زیستی لازم درمحلی

غیراز منطقهٔ رویش اولیهٔ خود پرورش داده می‌شود. مانندگیاهان خانوادهٔ کاکتوس.

فرابر Pericarp

جدار تخمدان پس‌از رسیدن‌کامل و تبدیل آن به‌میوه است. این‌بخش ممکن است خشك و سخت باشد. مانند فندق و گردو ویاگوشتی و آبدار باشد مانندگیلاس.

فراهم whorl

وضعی است‌که درآن برگها یا گلها به‌صورت مجتمع ازیك نقطه منشاءگرفته باشند. مانند برگهای خرزهره.

قرص Disc

وضعی‌که درآن اندام یابخشی ازآن قرص مانند است . مانند بخش مرکزی نهنج گیاهانی ازقبیل آفتاب‌گردان.

قلبی شکل Cordate

قلمه Cutting

قطعه یا شاخه‌ای ازگیاه است‌که آن را به‌منظورتکثیرازگیاه اصلی جدا می‌کنند و درخاك فرومی‌برند.

قلمه زدن Piping

یکی ازروشهای مصنوعی تکثیرگیاهان است از طریق استفاده ازقلمه ونشاندن آن درمحل مناسب.

فندقه Achene

میوهٔ خشك ناشکوفایی‌که دارای یك دانهٔ آزاد است . مانند میوهٔ فندق، آفتاب‌ـ گردان وکاهو.

کاسبرگ Sepal

اولین‌پوشش گل است‌که در گیاهان دو لپه کاسهٔ گل راتشکیل می‌دهد . معمولاً سبز رنگ است.

کاسه Calya

خارجی‌ترین بخش گل است که مجموعاً کاسبرگها را به‌وجود مـی آورد. این بخش معمولاً سبزرنگ و برگ مانند است. بخشی از پوشش گل محسوب می‌شود کـه عمل آن محافظت اندامهای داخلی‌تر گل است. ممکن است از قطعات پـوسته یا مجزا تشکیل شده باشد.

کالیسیفلورها Caliciflorae

گروه بزرگی از گیاهان گلدارجدا گلبرگ‌اند که در آنها، از به‌هم‌پیوستن قاعده کاسه، جام ونافهٔ گل، نوعی پیاله یا جام در قسمت انتهایی دمگل به وجود می‌آید که مادگی گل درآن قراردارد. با این‌ترتیب، تخمدان پایین‌تر از سطح سایر قطعات گل به‌نظر رسیده، وضع نیمه تحتانی یا تحتانی پیدا می‌کند.

کپسول Capsule

ناحیهٔ متورم وانتهایی اسپوروگون که‌در غالب خزه‌های اصلی برروی پایه باریکی به‌نام تارقراردارد.

کج تخمك Campylotropous

یکی ازانواع تخمك است که درآن به‌علت خمیدگی تخمك، سفت‌بند و جفت در یك امتداد قرارندارند.

کرك Hair

یکی ازاجزای روپوست گیاهان‌که ممکن است ازیك یاخته تشکیل شده باشد.عمل آن ممکن است ترشح ، جذب مواد یا تخفیف عمل تعرق باشد مانند تارهای‌کشندهٔ ریشه وکرکهای ترشحی.

کرکین Hairy

گیاه یا اندامی ازآن‌که ازکرك پوشیده شده است. مانند یکی ازانواع آلاله.

کلاله Stigma

بخشی ازمادگی گل‌که دربالای خامه واقع شده است. دانهٔ گـرده‌برروی آن قرار می‌گیرد. دراین قسمت معمولاً مواد چسبنده وغذایی ترشح می‌شود.

کوتین Cutin

ماده‌ای‌که درنتیجهٔ تراکم و اکسیده شدن اسیدهای چرب در گیاهان تشکیل‌می‌شود.

درلایه‌های بیرونی بخش روپوستی اندامها وجود دارد.

کوتینی‌شدن Cutinisation

کیفیتی است که درنتیجهٔ آن جدار یاختهٔ گیاهی به مادهٔ کوتین آغشته می‌شود و موجب تشکیل پوستك می‌گردد.

کلاپرك Capitulum

نوعی گل‌آذین است که درآن گلهای کوچك متعدد بدون واسطه دمگل روی نهنج صفحه مانند مجتمع هستند مانند گل آذین گیاهان تیرهٔ آفتاب‌گردان.

کلان هاگدان Megasporangium

نوعی هاگدان است که درداخل آن کلان هاگ‌ها تشکیل می‌شوند.

کلاهك Root cap

بخشی است که انتهای ریشهٔ گیاه را می‌پوشاند و برای محافظت آن به‌کار می‌رود. ریشه‌های هوایی فاقد آن هستند.

کلاهه Calyptra

۱ــ هرنوع پوشش گل یا میوه است که شبیهٔ فنجان باشد.
۲ــ دستگاهٔ آمیزش مادگی گیاه خزه است.

کنگره‌ای Crenate

برگهایی که حاشیهٔ آنها دارای دندانه‌های کوتاه وشبیه هم باشد مانند برگ بنفشه.

کنگره‌کنگره، برگ حاشیه موجی Sinuate leaf

گرد، کروی Orbiculate

گرده افشانی Pollination

چگونگی انتقال دانهٔ گرده گل است ازروی بساك پرچم برروی کلالهٔ مادگی. این عمل ممکن است به‌طورمستقیم یاغیرمستقیم انجام شود. جریان هوا، آب وحشرات از عوامل غیرمستقیم انتشاردانهٔ گرده‌اند.

گرزن Cyme

نوعی گل‌آذین است که درآن ساقهٔ گل دهنده، پایکها وپایکهای فرعی هریك به

گلی منتهی می‌شوند. این گلها از طرفی نمو انتهایی ساقه را متوقف می‌سازند و از طرف دیگر در تولید انشعابات فرعی مؤثرند.

شکفتن این گلها از بالا به‌پایین یا از داخل به خارج است، یعنی ابتدا گلهای وسطی شکفته می‌شوند بعد گلهای جانبی باز می‌شوند، گاهی گلهای انتهایی زودتر از گلهای پایینی شکفته می‌شوند. این نوع گل‌آذین دارای انواع گوناگون است.

گرزن دوسویه Cyme biparous

نوعی گل آذین گرزن است که در آن رأس دمگل به‌یك گل ختم می‌شود و از دو طرف آن، دو انشعاب به‌وجود می‌آید که تقسیمات هریك دارای گل می گردند.

گرزن یك سویه Monochasium

نوعی گل‌آذین گرزن است که محورهای اصلی هرکدام فقط یك شاخه تولیدمی‌کنند ومعمولاً به‌دوصورت مارپیچی ودم‌عقربی دیده می‌شود.

درنوع مارپیچی C. helicoide از کنار براکته‌ای که درپایهٔ گل رأس محور قرار دارد، انشعاب کوتاهی خارج می‌شود که به‌نوبهٔ خود منتهی به‌گل می گردد. از کنار براکته گل اخیرنیز به‌همین نحو ولی درجهت مخالف، انشعاب دیگری حاصل می‌شود که آن‌نیز منتهی به‌گل می‌شود. با این ترتیب چون مرتباً به طور یك درمیان از دوسمت مخالف، انشعاب پدید می آید مجموعاً منظره مارپیچی حاصل می‌شود.

درنوع دم عقربی C. scerpioide به خلاف حالت مذکور، همهٔ انشعابها در یك طرف حاصل می‌شود و درنتیجه‌گل آذین شکل برگشته نظیردم عقرب پیدا می کند.

گریبان Involucre

۱ــ برگه‌هایی است‌که دراطراف قاعدهٔ گل‌آذینهای متراکم وفشرده از قبیل گل‌آذین چتری قراردارند. مانندگریبانهای گیاهان تیرهٔ شاه بلوط.

۲ــ گروهی از برگهاست‌که دراطراف اندامهای زایشی نهانزادان‌وجود دارند.

گریبانك Involucel

برگهایی است‌که در اطراف قاعدهٔ چترکهای گل آذین چتری قرار دارند. مانند گریبانکهای تیرهٔ جعفری.

گشنگیری Conjugation

نوعی تولید مثل جنسی است‌که درآن یاختهٔ جنسی نرویاختهٔ جنسی ماده مانند دو یاختهٔ جورگان عمل می‌کنند. مانند وضعی‌که درنمونه‌ای ازجلبکهای سبز به‌نام‌اسپیروژیر (Spirogyre) دیده می‌شود.

گل Flower

دستگاه زایشی در گیاهان گلدار است. اندامهای آن بـه ترتیب ازخارج به داخل عبارتند از: کاسبرگها که معمولاً سبزرنگ اند ومجموعهٔ آنها کاسهٔ گل نامیده می‌شود. گلبرگها که معمولاً رنگین اند ومجموعهٔ آنها جام گل را تشکیل می‌دهد. کاسه وجام پوشش گل نیز نامیده می‌شوند پرچم اندام نرومادگی اندام ماده است. پرچم مولد دانهٔ گرده و مادگی مولد تخمك است.

گل‌آذین Inflorescence

وضع قرار گرفتن گلها برروی ساقه یا شاخه‌ها است. آرایش و ترتیب گلها برروی محور خود است. مانند انواع دیهیم، خوشه و گرزن.

گلبرك Petal

هریك ازقطعات یا تقسیمات جـام گل که معمولاً رنگین وگاهـی به‌علت دارا بودن اسانسهای مختلف، معطر است.

گل‌پوش Perianth

بخش یا اجزایی است که اجزای اصلی گل یعنی پرچم ومادگی را می‌پوشاند. جام وکاسهٔ گل جزء این بخش محسوب می‌شوند.

گلچه Floret

گل کوچکی است که مجموعهٔ آنها نوعی گل مرکب را به وجود مـی‌آورد. مانند گلچه‌های گل آفتاب گردان که مجموعاً گل مرکب آفتاب گردان را تشکیل مـی‌دهد. گلچه ممکن است لوله‌ای یا زبانه‌ای باشد.

گلسنگها Lichens

یکی ازانواع ریسه‌داران اند. گیاهانی هستند که ازهمزیستی قارچها وجلبکها به‌وجود آمده‌اند. انتشارجغرافیایی این گیاهان بسیارزیاد است. درروی سنگها و صخره‌ها، ساقهٔ گیاهان ودرسطح زمین می‌رویند. درنقاط کوهستانی ودرمناطق قطبی که شرایط رویش گیاهان دیگر بسیار دشواراست دیده می‌شوند.

گلیکوزیدها Glycosides

موادطبیعی مرکب ازیك قند بایك ترکیب دیگرکه این قسمت غیرقندی (آگلیکون) نامیده می‌شود و اغلب دارای ارزش درمانی است. گلیکوزیدها مادهٔ فعالهٔ گیاهان دارویی هستند.

گندمه Caryopsis

نوعی میوهٔ خشك ناشکوفا است که جدارمیوه ودانه به هم‌پیوسته است و فاصله‌ای بین آن دوجدار وجود ندارد. مانند میوهٔ گندم وذرت.

گندمیان Graminacea

تیرهٔ بزرگی از گیاهان تك‌لپه‌اند مانند گندم، ذرت.

گوشتالو Fleshy

اندامهایی که درآنها مقدار نسبتاً زیادی آب ذخیره شده است. مانند برگ وساقهٔ خرفه واندامهای کاکتوس.

گوشواره Stipule

زایدهٔ کوچك وبرگ مانندی است که درمحل اتصال دمبرگ در بسیاری ازگیاهان وجود دارد. درعمل فتوسنتز دخالت دارد.

گونه Species

گروهی ازجانوران یا گیاهان که شباهتهای فراوان بایکدیگر دارند. جانداران هر گروه فقط با جانداران گروه خود مـی‌توانند تولید مثل کنند ومعمولاً باجانداران سایـر گروهها نمی‌توانند عمل تولید مثل را انجام دهند.

گیا Flora

مجموعهٔ گیاهانی که مخصوص یك منطقه یا یك کشورهستند. مجموعهٔ گیاهان متعلق به دوران مخصوصی اززمین یا محیط مشخصی دریك کشور.

گیاه Plant

نام عمومی مجموعهٔ بزرگی ازجانداران کـه بـه‌علت وجود اختصاصات معینی از جانوران مشخص‌اند. درتعاریف دقیقتر به‌رستنیهایی اطلاق می‌شود که دارای ریشه هستند و قابل کشف‌اند مانند پیدازادان ونهانزادان آوندی.

گیاه‌شناس Botanist

دانشمند علم گیاه شناسی است.

گیاه شناسی Botany

یکی ازشعبات علم طبیعی است که به بحث دربارهٔ گیاهان اختصاص دارد.

گیاهك Plantule

رویان گیاه ویکی از اجزای دانه است.

گیاهی شکلان Phytozoa

گروهی از بی‌مهرگانندکه ازنظرشکل ظاهری شباهتهایی بـا گیاهان دارند و مانند مرجانها وشقایق دریایی .

لایهٔ تارهای‌کشنده Piliferous layer

بخشی ازروپوست ریشه‌که تارهای‌کشنده را دربـردارد. معمولاً دربخش انتهایی قرارگرفته است.

لایهٔ زاینده Cambium

لایه‌ای است از یاخته‌های فعال‌که پیوسته تکثیرمی‌یابند. بین بخش چوب وآبکش قرار دارد.

فعالیت این لایه موجب تشکیل چوب و آبکش جدید در ساختمان پسین می‌شود.

لایهٔ غذا دهنده Nourshing layer

لایه‌ای‌که درکیسهٔ‌بساك اطراف‌یاخته‌های مادروجود دارد وتغذیهٔ یاخته‌های مادر را تأمین می‌کند.

لب Lobe

۱ــ هرنوع زایده یا برجستگی درساختمان یك اندام.

۲ــ تقسیمات عمیق ومدور دربرگ یاگل.

لب برگشته پیچیده Revolute

لپه Cotyledon

نخستین برگی است‌که از نمو رویان دانه نتیجه می‌گـردد ومعمولاً دارای شکلی ساده است.

لیگنین Lignin

ماده‌ای است‌که همراه سلولوز موجب افزایش ضخامت دیوارهٔ یاخته‌هـای‌گیاهی می‌شود و به‌این ترتیب چوب را به‌وجود می‌آورد. وجود این ماده سبب استحکام اندامها می‌شود. تقریباً ۳۵ درصد ترکیب بخش سخت درختان دراین ماده است .

مادگی Pistil, Gynoecium

اندام مادهٔ گل که دانه از آن تولید می‌شود. بخشهای مختلف آن عبارتند از تخمدان، خامه و کلاله.

مادهٔ زیر Hypogynous

گلهایی که نهنج برآمده دارند ومادگی دررأس نهنج قرار گرفته است. اجزای گل درزیر یا درامتداد قاعدهٔ مادگی واقع شده‌اند.

مجری Pyxidium

میوهٔسرپوش داری که پس ازافتادن سرپوش به‌طورعرضی بازمی‌شود. مانند میوه آناغالس و بذرالبنج .

محور Rachis

خط یا امتدادی که گلها برروی آن واقع‌اند ومشخص کنندهٔ نوع گل آذین‌است. خطی که در برگهای مرکب، برگچه‌ها برروی آن قرار گرفته‌اند.

محوری- واقع درمحور Axil

مریستم Meristem

بخشی ازگیاه که محل تمرکز یاخته‌هایی است که ازنظر تکثیر بسیارفعال‌اند. درنتیجهٔ فعالیت این بخش، بافتها واندامهای همیشگی گیاه به‌وجود می‌آیند. یاخته‌های اولیه که درنتیجهٔ عمل تکثیر این بخش پدید می‌آیند تدریجاً تخصص‌می‌یابند و هـرقسمت از آنها موجب تشکیل یکی ازاجزای گیاه یا اندامهای آن می‌شود. مریستم ممکن است ازیك یاچند یاخته منشأ گرفته باشد.

مریستم‌هایی که در انتهای ریشه وساقه وجود دارند ازچند یاخته به‌وجود آمده‌اند. درنتیجهٔ پیدایش خراش دربرخی‌ازاندامها، بافت مریستم ممکن‌است تشکیل شود. مریستم ثانوی طبقات زایندهٔ چوب وآبکش وچوب‌پنبه راتولید می‌کند.

مریکارپ Mericarp

هریك از دو فندقه میوه‌های دو فندقه‌ای راگویندکه در گیاهان تیره جعفری دیده می‌شود.

Reticulate مشبك

Pith مغز

بخش مرکزی یا بخش داخلی ساقهٔ گیاهان دولپه.

Kernel مغزدانه

محتویات دانه یعنی رویان و لپه‌های آن است واحتمالاً آلبومین که ازپوست دانه جدا شده است.

Megaspore مگاسپور

هاگهایی راگویندکه‌از رویش‌آنها، پروتال ماده به‌وجودآید. یعنی‌پروتالی‌به‌وجود آیدکه بعداً برروی آن‌آرکگون تشکیل شود. با این وضع می‌توان‌آن را شبیه‌به نوسل Nucelle گیاهان گلداردانست.

Aclinemorph منظم

گلهایی راگویندکه قطعات‌آن شبیه به‌هم بوده دارای تقارن شعاعی هستند.

Beak منقار

زایدهٔ انتهای بعضی ازمیوه‌ها. مثل زایده‌های میوهٔ شنگ.

Monadelphe مونادلف

پرچمهایی را گویندکه درتمام طول میله ویا لااقل درناحیهٔ قاعدهٔ آن به‌هم ارتباط داشته، مجموعاً به‌صورت یك‌دسته دیده می‌شوند.

Spur مهمیز

دنبالهٔ لوله مانندکاسه یاجام درزیر گل‌که بسته‌است وگاهی مقداری‌نوش‌گل درآن جمع می‌شود. مانند مهمیز زبان‌درقفا که ازتغییرشکل کاسبرگ به‌وجودآمده است.

Mesocarp میان‌بر

بخشی ازفرابرمیوه‌است‌که بین برون‌بر و درون‌بر قرار دارد. دربسیای ازمیوه‌ها بخش خوراکی آن‌را، تشکیل‌می‌دهد.

Filament میله

بخشی از پرچم‌است‌که درانتها به‌بساك ختم می‌شود وبانهنج ارتباط دارد.

میوه Fruit

تخمدان بارور شده ونمو یافتهٔ گیاه. نتیجهٔ عمل باروری وترکیب گانه‌های جنسی. دانه درداخل آن‌قرار گرفته است.

میوه‌بر Fructiferous

عامل مولد میوه یاحامل آن.

میوه شناسی Carpology

شعبه‌ای ازعلم گیاه شناسی که به‌مطالعهٔ میوه‌ها اختصاص دارد.

نابومی Adventive

گیاهانی که مخصوص یك منطقه نباشند و از مناطق دیگرآورده و به‌جهاتی پرورش می‌دهند.

ناجوربرگ Heterophyllous

ناجوربرگی Heterophyllic

وجود برگهایی که ازنظر شکل ظاهری مختلف‌اند. وبرروی یك گیاه یاساقهٔ منفرد قرار دارند. مانند برگهای تیرکمان آبی‌که برگهای‌آبزی نواری شکل وبرگهای مواج مدور وبرگهای هوایی‌به‌شکل سرنیزه هستند.

ناجورخامه Heterostyle

گلهای‌گیاهان متلعق به‌یك‌گونه که خامهٔ آنها دارای اندازه‌های مختلف است مانند گلهای پامچال.

ناجورگانی Anisogamy

وضعی‌که درآن یاخته‌های جنسی یا گانه‌ها ازنظر اندازه مختلف ولی ازنظر عمل نظیر یکدیگرند.

ناجورهاگ Heterosporous

گیاهی است که دو نوع مختلف هاگ تولید می‌کند مانند سرخس‌آبزی مارسیلیا (Marsilia).

نخی شکل Filiform

به‌عضوی ازگیاه گفته می‌شود که نازك ونخ مانند باشد مانند برگ رازیانه.

نرمادگی Hermaphrodism

کیفیت وجود دستگاه تناسلی نروماده تواماً در یک گیاه.

نرماده Hermaphrodite

وجود پرچم ومادگی در یک گل یا گیاه گل‌دار مانند گل ختمی وشب بو.

ناشکوفا Indehiscent

نوعی میوه که پس از رسیدن، خود به‌خود باز نمی‌شود ودانه دردرون میوه باقی می‌ماند. مانند میوهٔ فندق وگردو.

ناف Hilum

اثری برروی پوست دانه که مشخص کنندهٔ نقطهٔ اتصال قبلی دانه با بند است.

نافه Androecium

نام مجموعهٔ پرچمهای یک گل است.

ناهم بوم Allopatric

جاندارانی که در نقاط متفاوت دیده می‌شوند واز نظر انتشار ومحل زندگی با یکدیگر متفاوتند.

ناهوازی Anaerobic

موجودات ذره‌بینی زنده‌ای که می‌توانند درمحیطهای بدون اکسیژن زندگی کنند.

نهان‌بر Cryptocarpous

گیاهانی که میوهٔ آنها مخفی‌است.

نهاندانگان Angiospermae

گروه بزرگی ازگیاهان گلدارکه درآنها تخمک درداخل برچهٔ بسته‌ای قراردارد و پس ازعمل لقاح به‌صورت دانه محصور در میوه درمی‌آیند. این گیاهان به‌دو گروه تقسیم می‌شوند تك لپه‌ای ودولپه‌ای.

نهانزادان Cryptogamia

گروه بزرگی ازگیاهان که گل ندارند، به‌همین‌جهت جزء گیاهان پست تقسیم‌بندی می‌شوند.دربعضی انواع، برخی‌اندامهای رویشی نیزوجود ندارد. تولید مثل این گیاهان برخلاف پیدازادان آشکار نیست. مانند نهانزادان آوندی وریسه‌داران.

نهانزادان آوندی Pteriodophyta و Vascular cryptogamia

گروهی از گیاهان که گل ندارند و به‌همین جهت جزء گیاهان پست به‌شمار می‌آیند. در اندامهای رویشی آنها لوله‌هایی به‌نام آوند وجود دارد که شیره‌های گیاهی در داخل آنها جریان دارد. تولید مثل این گیاهان به وسیلهٔ هاگ یا تخم صورت مـی‌گیرد. بیشتر درجنگلها و درمناطق مرطوب می‌رویند. مانند سرخس‌ها، دم اسبیان وپنجه‌گرگیان.

نهنج Receptacle

بخشی از گل که اندامهای پوششی (گلبرگها وکاسبرگها) واندام های زایشی (مادگی وپرچم) برروی آن قرار گرفته‌اند. در گلهای مختلف به اشکال متفاوت است.

نوش Nectar

نوعی مادهٔ قندی است که برخی سلولها بـه‌خارج ترشح مـی‌کنند. این ماده یا در گودیهای مخصوص باقی می‌ماند ویا آن که در همان نـاحیه ترشح شده، سلولها را فـرا می‌گیرد. وجود نوش درداخل گل، سبب می‌گردد که حشرات به‌سوی آن جلب شده، انتقال دانه‌های گرده برروی مادگی پایه‌های مختلف گیاه، به سهولت انجام پذیرد.

نوشگاه Nectary

عضو ترشح‌کنندهٔ نوعی ماده قندی به نام نوش است که برروی نهنج گل به‌صورت برجسته ویا به شکل حلقوی (درقسمت داخل یـا خارج پایه پرچمها) دیـده می‌شود ویـا آن که ممکن است به‌صورت صفحهٔ قرصی شکل وغیره درآید. دربعضی گیاهان تیره آلاله، جام گل از تغییر شکل پرچمها به اعضای مولد نوش که کم و بیش ظاهر گلبرگ مانند دارند، حاصل می‌شود.

نیام Legume

نوعی میوهٔ خشك وشکوفا است که ازیك برچه تشکیل شده وپس ازرسیدن به‌وسیلهٔ دوشکاف طولی بازمی‌شود. مانند میوهٔ گیاهان تیره نخود.

نیام Ocrea, Ochrea

قاعدهٔ بعضی ازبرگها، برگه‌ها یا گریبانها که روی ساقه ادامه دارد وآن راکاملاً احاطه می‌کند. مانند نیام گیاهان تیره گندم و دم اسبیان.

واژگون تخمك Anatropous

یکی ازانواع تخمك است که در آن به‌علت خمیدگی زیـاد تخمك، سفت مجاور جفت قرار گرفته است.

هاگ Spore

عامل تولید مثل برخی ازگیاهان کــه ممکن است ازیـاختهٔ واحد یا چندین یاخته تشکیل شده باشد.

بعد ازجدا شدن ازعامل مولد (هاگدان) مستقیم یا غیرمستقیم موجب پیدایش گیاه تازه‌ای می‌شود. معمولاً میکروسکوپی است وازراههای مختلف به‌وجود می‌آید.

هاگدان Sporangium

اندامی که در گیاهان بی‌گل مولد هاگ است. اندام نظیرآن درگیاهان دارای گل بساك است.

هاگزایی Sporulation

عمل تشکیل هاگ‌ها درداخل هاگدان وانتشارآنهاست.

هاگینه Sore

مجموعهٔ هاگدانها است که درسطح زیرین برگ سرخس قراردارد و ممکن است ازیك غشاء نازك به نام اندوزی Indusie پوشیده شده باشد.

هم بوم Sympatric

جانداارانی که درنقاط مشخص پراکنده‌اند.

هموپاتی Homeopathy

روش‌خاص درمان‌بیماریها به‌وسیلهٔ تجویزمقادیرکم دارویی‌که مقدارزیادآن‌علایمی شبیه مرض تولیدکند. این روش ابتدا به‌وسیلهٔ ساموئل هانمان ابداع شد.

هوازی Aerobic

موجودات ذره‌بینی زنده‌ای که درهوای آزاد می‌توانند زندگی کنند.

یك برگچه‌ای Unifoliolate

۱ـ برگی‌که فقط دارای یك برگچه است مانند برگ نارنج.

۲ـ گیاهی‌که برگ‌آن فقط دارای یك‌برگچه است.

یك پایه Monoecious

گیاه گلداری که گلهای نـرو ماده آن روی پایهٔ واحـد قراردارند . مانند فندق و گردو .

یك جنسی Unisexual, Diclinous

۱ـ گیاه یا گلی که دارای یك جنس مشخص، نریاماده باشد.

۲ـ گلهایی که یا فقط دارای پرچم هستند یا دارای مادگی.

یك خانی Unilocular

اندام یا بخشی از گیاه که فقط دارای یك بخش یا یك قسمت است. مانند پوشینه درسیلن (Silene)

یك درمیان Decussate

وضع برگهایی که روی ساقه یا شاخه به‌صورت متناوب قراردارند.

یك گله Uniflorous

گیاهی که دارای یك گل است. مانند آلاله و بنفشه.

یك لبه Unilabiate

اندام یا بخشی از گیاه که فقط دارای یك لب باشد. مانند مریم نخودی (Teucrium) و آژوگا (Ajuga).

فهرست نام فارسی گیاهان داروئی

آراقیطون	۱۷۰
آریزا	۱۱۳
آس	۱۱۲
آس بری	۱۱۴
آس بویه	۱۳۳
آش انگور	۹۲
آقطی	۱۵۱
آقطی	۱۵۰
آکلیل کوهی	۱۲۴
آویشن شیرازی	۱۳۴
آیدا	۱۱۳
ابهل	۳۰
اربه	۱۲۳
ارس	۲۹
ارگو	۲۱
اسپند	۸۷
اسپیره	۷۳
اسطوخودوس	۱۲۵
اسفرزه	۱۷۳
افسنتین	۱۶۲
افسنتین کبیر	۱۶۲
اقونیطون	۵۵
اکسیر ترکی	۳۲
اکلیل الملك	۸۱
انار	۱۷۴
انجبار	۵۱
انجدان رومی	۱۰۹
انجیر	۱۷۵
انغوزه	۱۷۶
انگور خرس	۱۱۲
اوجا	۴۴
اوکالیپتوس	۱۷۷
اون نافدار	۱۹۶
بابا آدم	۱۷۰
بابونه رومی	۱۶۰
بابونه گاوی	۱۵۹
بادر نجبویه	۱۳۰
بادیان رومی	۱۱۷
بارهنگ	۱۴۶
بارهنگ سرنیزه‌ای	۱۴۷
بارهنگ کبیر	۱۴۶
بارهنگ کوهی	۱۴۸
بامبلی بوزو (کردستان)	۳۹
بذرالبنج	۱۳۸
بزنجاسف	۱۶۴
بزرك	۸۶
بلسان	۱۳۰
بلوط	۴۳
بلوط دم‌دار	۴۳
بندکتان	۸۶
بنفشه	۱۰۰
بنفشه سه رنگ	۹۹
بنفشه فرنگی	۹۹
بنفشه معطر	۱۰۰

بنگ‌دانه	۱۳۸
بورگ آغاجی	۴۷
بوماردان	۱۵۷
به	۶۴
به‌لیمو	۱۷۸
بید	۴۰
بیدگاه	۳۱
پامچال	۶۹
پامچال طبی	۱۱۵
پای خر	۱۶۵
پلخون	۱۵۱
پلم	۱۵۰
پنج انگشت	۶۹
پنج برگ	۶۹
پنجهٔ گرگ	۲۷
پنیرک	۹۶
پیاز حضرتی	۳۵
پیاز سگ	۳۵
تاتوره	۱۳۹
تاج‌الملوك	۵۵
تاجریزی پیچ	۱۷۹
ترب‌کوهی	۵۹
ترتیزك‌آبی	۱۴۲
ترشك	۴۸
ترشه ولیك	۶۵
ترنجان	۱۳۰
ترنجبین	۱۸۱
تمبرهندی	۱۸۰
تمشك	۶۶
تمیس	۳۹
تنباکوی هندی	۱۶۹
توت روباه	۶۸
توس	۴۲
جنیانا	۱۱۷
جعفری	۱۰۵
جعفری وحشی	۱۰۳
چوبلمه	۱۰۲
چوبه	۵۲
خار مقدس	۱۷۲
خاس	۹۱
خاکشی	۱۸۲
خاکشیر	۱۸۲
ختمی	۹۴
خربق سیاه	۵۴
خربق سیاه	۱۲۲
خربق سفید	۳۴
خزه ایسلندی	۲۲
خوشه انگور	۹۲
دارواش	۴۷
درمنه	۱۶۴
درخت‌گز	۱۸۳
دروزرا	۶۱
دم اسب	۲۶
راج	۹۱
رازك	۱۸۴
رازك وحشی	۴۵
رازیانه	۱۰۸
راسن	۱۵۶
رزك	۳۹
رزماری	۱۲۴
روبارب	۱۸۵
روناس	۱۸۶
ریس	۳۰
ریشه بسفایج	۲۵
ریشه خردل	۵۹
ریوند چینی	۱۸۵
زالزالك‌گل	۶۵
زبان‌گنجشک	۱۱۶
زرشك	۱۸۷
زعفران	۱۸۸
زغال اخته	۱۱۴
زنجبیل شامی	۱۵۶
زونا	۱۳۱
زیرفون	۹۷
زیره	۱۰۴
زیره سیاه	۱۰۴

ژانسیان ۱۱۷
سانیکو ۱۰۲
سداب بز ۸۳
سرخ‌ولیک ۶۵
سفید دارو ۱۲۲
سگ شکن ۱۳۷
سنا ۱۸۹
سنبل‌الطیب ۱۵۲
سنبل ختایی ۱۱۰
سنفیتون ۱۲۱
سه پستان ۱۹۱
سیاه تخمه ۱۹۰
سیاه توسه ۹۳
سیاه‌دانه ۱۹۰
سرخس نر ۲۴
سروکوهی ۲۹
سیر ۳۷
سیرجنگلی ۳۸
سیر خرس ۳۸
سیزاب ۱۴۲
سیزاب طبی ۱۴۱
سیسنبر ۱۳۳
سینه‌دارو ۱۲۲
شابیزك ۱۳۷
شاه‌بلوط هندی ۹۰
شاهتره ۱۹۲
شبدرآبی ۱۱۸
شش‌گیاه ۲۳
شش‌گیاه ۱۲۲
شقایق نعمانی ۵۶
شنبلیله ۸۲
شون ۱۵۱
شوند ۱۵۱
شیر پنیر ۱۴۹
شیرخشت ۱۹۳
شیرین‌بیان ۸۴
صابونی ۵۲
عروسك پشت پرده ۱۹۴
عشق درقفس ۱۹۴
علف پنیر ۱۴۹
علف چای ۹۸
علف چشمه ۱۹۵
علف شیر ۸۹
علف گربه ۱۵۲
علف ماهور ۱۴۵
علف نقره‌ای ۶۸
علف هفت‌بند ۴۹
علیون ۱۵۱
عناب ۱۹۶
غاسول ۵۲
غافث ۷۶
غان ۴۲
فاشرا ۱۵۳
فلوس ۱۹۷
قدومه ۱۹۸
قره‌قاط ۱۱۲
قنطوریون ۱۱۹
کاج جنگلی ۲۸
کاسنی ۱۹۹
کاسنی بری ۱۶۱
کاسنی زرد ۱۷۱
کتان ۸۶
کرچك ۲۰۰
کرفس ۲۰۱
ککلیك‌اودی ۱۳۴
کوشاد ۱۱۷
کیسه کشیش ۶۰
گاوزبان ۱۲۰
گردو ۴۱
گرگ‌کش ۵۵
گزنه ۴۶
گزنه سفید ۱۲۷
گل آویز ۷۴
گل انگشتانه ۱۴۳
گل برگ ۳۶
گل پردار ۴۴

گل حضرتی	۳۵	مرزنگوش وحشی	۱۳۲
گل حنا	۱۴۰	مرغ	۳۱
گل ختو	۱۲۳	مریم گلی	۱۲۸
گل راعی	۹۸	مریم نخودی	۱۲۳
گل سرخ	۷۷	مندغوره	۱۳۷
گل شوری	۱۰۹	مورت	۲۰۲
گل شیپوری	۳۳	مورد	۲۰۲
گل قاصد	۱۷۱	مورنجان	۳۵
گل ماهور	۱۴۵	مهر گیاه	۱۳۷
گل موکت	۳۶	ناخنك	۸۱
گل ناز	۶۳	نارون قرمز	۴۴
گل همیشه بهار	۱۶۸	نسترن	۷۸
گندنای کوهی	۱۲۶	نعناع	۱۳۵
گونه‌های مختلف آلاله	۵۷	نعناع فلفلی	۱۳۶
لوبیا	۸۵	واش	۴۷
لوزکوچك	۸۰	والك	۳۸
مار دارو	۱۵۳	ون	۱۱۶
مازریون	۱۰۱	همیشه بهار کوهی	۱۶۹
مامیران	۵۸	هوفاریقون	۹۸